Dr. Sri Haryanto, M.Pd.

BIMBINGAN KONSELING

Editor:
Adi Nugroho Susanto Putro, S.Kom., M.T

UNIVERSITAS SAINS AL-QUR'AN

UNSIQ

JAWA TENGAH DI WONOSOBO

https://unsiq.ac.id

BIMBINGAN KONSELING

Dr. Sri Haryanto, M.Pd.

Tahta Media Group

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

BIMBINGAN KONSELING

Penulis:
Dr. Sri Haryanto, M.Pd.

Desain Cover:
Tahta Media

Editor:
Adi Nugroho Susanto Putro, S.Kom., M.T.

Proofreader:
Tahta Media

Ukuran:
vi, 112, Uk: 15,5 x 23 cm

ISBN: 978-623-147-331-8

Cetakan Pertama:
Maret 2024

Hak Cipta 2024, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2024 by Tahta Media Group
All Right Reserved

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau
memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT TAHTA MEDIA GROUP
(Grup Penerbitan CV TAHTA MEDIA GROUP)
Anggota IKAPI (216/JTE/2021)

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas tersusunnya Buku Bimbingan Konseling. Buku ini terdiri dari 10 Bab, ditulis dengan sistematika sebagai berikut:

Bab 1 Konsep Bimbingan Konseling

Bab 2 Pendekatan Teori Konseling

Bab 3 Bimbingan Konseling di Berbagai Konteks

Bab 4 Peran Konselor

Bab 5 Proses Bimbingan Konseling

Bab 6 Bimbingan Konseling Kelompok

Bab 7 Bimbingan Konseling Remaja

Bab 8 Bimbingan Konseling Keluarga

Bab 9 Bimbingan Konsleing Karir

Bab 10 Inovasi Dalam Bimbingan Konseling

Seperti peribahasa *"Tiada Gading yang Tak Retak"*, buku ini walaupun sudah ditulis semaksimal mungkin tetapi pasti masih ada kekurangan. Untuk itu saran dan kritik yang membangun dari para pembaca sangat kami harapkan. Semoga buku ini bermanfaat.

Penulis

DAFTAR ISI

Prakata iv
Daftar Isi v
Bab 1 Konsep Bimbingan Konseling
A. Definisi Bimbingan Konseling 1
B. Hubungan Bimbingan dan Konseling 3
C. Perbedaan Konseling Dengan Psikoterapi 9
D. Referensi 11
Bab 2 Pendekatan Teori Konseling
A. Teori Konseling Client 13
B. Teori Konseling 15
C. Teori Konseling Eksistensial 17
D. Teori Terapi Rasional 20
E. Referensi 22
Bab 3 Bimbingan Konseling di Berbagai Konteks
A. Bimbingan Konseling di Sekolah 24
B. Bimbingan Konseling di Lingkungan Kerja 27
C. Bimbingan Konseling di Masyarakat 30
D. Referensi 33
Bab 4 Peran Konselor
A. Kompetensi dan Kualifikasi Konselor 35
B. Etika Profesional Dalam Bimbingan Konseling 39
C. Hubungan Konselor dan Klien 41
D. Referensi 45
Bab 5 Proses Bimbingan Konseling
A. Tahap-Tahap Bimbingan Konseling 47
B. Teknik dan Metode Bimbingan Konseling 49
C. Evaluasi Hasil Bimbingan Konseling 52
D. Referensi 56
Bab 6 Bimbingan Konseling Kelompok
A. Pengertian dan Tujuan Bimbingan Kelompok 58
B. Proses Bimbingan Kelompok 60
C. Kelebihan dan Tantangan Dalam Bimbingan Kelompok 62

D. Referensi 64
Bab 7 Bimbingan Konseling Remaja
A. Pengertian dan Tujuan Bimbingan Konseling Untuk Remaja 66
B. Permasalahan Khusus Remaja dan Solusinya 68
C. Peran Orang Tua Dalam Bimbingan Remaja 71
D. Referensi 73
Bab 8 Bimbingan Konseling Keluarga
A. Pentingnya Bimbingan Konseling Keluarga 75
B. Teknik dan Pendekatan Dalam Bimbingan Keluarga 79
C. Menangani Konflik Keluarga 82
D. Referensi 87
Bab 9 Bimbingan Konsleing Karir
A. Orientasi Karir dan Perencanaan Karir 89
B. Tes dan Alat Evaluasi Dalam Bimbingan Karir 93
C. Tren Pekerjaan dan Peluang Karir 96
D. Referensi 100
Bab 10 Inovasi Dalam Bimbingan Konseling
A. Penggunaan Teknologi Dalam Bimbingan Konseling 101
B. Pendekatan Kreatif Dalam Proses Bimbingan Konseling 105
C. Tantangan dan Peluang Inovasi di Bidang Bimbingan Konseling 108
D. Referensi 109
Profil Penulis 111

BAB 1
KONSEP BIMBINGAN KONSELING

A. DEFINISI BIMBINGAN KONSELING

Bidang studi bimbingan konseling berkembang pesat dan memiliki banyak definisi dari berbagai ahli. Beberapa ahli dalam bidang ini memberikan definisi untuk bimbingan konseling, yang mencakup hal-hal seperti psikologi, tetapi juga hal-hal seperti sosial, akademis, dan karir. Bimbingan konseling telah definisikan dari beberapa ahli terkemuka dalam bidang ini. Berikut definisi dari beberapa ahli mengenai definisi bimbingan konseling;

Carl R. Rogers menyatakan bahwa bimbingan konseling adalah suatu proses yang mengarahkan seseorang menuju pemahaman dan penerimaan dirinya sendiri. Rogers menekankan pentingnya membangun hubungan antara konselor dan konselor yang penuh kasih sayang, tidak menghakimi, dan empati. Rogers melihat bimbingan konseling dengan pendekatan klien-pusat sebagai cara untuk membantu orang tumbuh dan mengembangkan potensi mereka (Dapa & Mangantes, 2021).

EG Williamson mendefinisikan bimbingan konseling sebagai proses yang membantu orang memahami dan mengatasi masalah pribadi, sosial, akademis, dan karir mereka. Menurutnya, bimbingan konseling tidak hanya terbatas pada penyelesaian masalah, tetapi juga mencakup pengembangan pribadi secara keseluruhan (Lesmana, 2021).

S. Super memandang bimbingan konseling karir sebagai suatu proses yang membantu orang memahami dan mengelola perkembangan karir mereka sepanjang hidup. Super memandang bimbingan konseling karir sebagai suatu perjalanan di mana orang memilih dan menyesuaikan pekerjaan mereka berdasarkan perubahan pengalaman dan perubahan siklus hidup (Lestari, 2020).

Bimbingan konseling, menurut Garry R. Walz dan Jeanne C. Bleuer, adalah suatu proses bantuan yang sistematis yang memberikan dukungan emosional, informasi, dan bimbingan kepada individu atau kelompok untuk membangun pemahaman diri, meningkatkan keterampilan interpersonal, dan mengatasi masalah (Dini, 2021).

David G. Myers melihat bimbingan konseling sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental. Menurutnya, bimbingan konseling membantu dalam pengembangan pribadi, manajemen stres, dan penyelesaian konflik.

Rollo May mengatakan bahwa bimbingan konseling adalah upaya untuk membantu orang dengan cara yang kreatif untuk menghadapi tantangan dan krisis dalam hidup mereka. Menurut May, bimbingan konseling bukan hanya tentang mengatasi masalah, tetapi juga tentang menemukan makna dan tujuan dalam hidup (Gunawan & Amalia, 2020).

William Glasser menekankan konsep realitas dan tanggung jawab dalam bimbingan konseling. Menurutnya, bimbingan konseling membantu orang memahami bahwa mereka memiliki kendali atas keputusan dan tindakan mereka. Ini membantu mereka membuat keputusan yang lebih sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai mereka (Hayani et al., 2020).

Definisi yang diberikan oleh para ahli tersebut menunjukkan berbagai fokus dan pendekatan dalam bidang bimbingan konseling. Bimbingan konseling adalah proses interaktif di mana profesional membantu individu atau kelompok mengatasi masalah, berkembang secara pribadi, dan membuat keputusan yang tepat dalam berbagai aspek kehidupan. Metode-metode yang berbeda ini memberikan

pemahaman yang luas dan luas tentang keanekaragaman bimbingan konseling dalam mendukung perkembangan manusia.

Bimbingan konseling dapat dianggap sebagai metode yang menyeluruh untuk mendukung perkembangan manusia karena berbagai definisinya. Metode berbeda ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kompleksitas bimbingan konseling dan menunjukkan bahwa setiap orang memiliki kebutuhan yang berbeda. Bimbingan konseling mengakomodasi berbagai aspek kehidupan, memungkinkan orang untuk berkembang dan mengambil tindakan positif. Ketika semua dikatakan dan dilakukan, keanekaragaman definisi para ahli memberikan gambaran tentang seberapa penting bimbingan konseling sebagai alat yang komprehensif yang membantu individu atau kelompok mencapai potensi penuh mereka.

B. HUBUNGAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Konseling dan bimbingan adalah dua konsep yang sering dianggap sebagai satu dan sama. Kedua konsep ini membentuk suatu kerangka kerja yang luas untuk membantu orang-orang memahami diri mereka sendiri, mengatasi tantangan, dan mencapai perkembangan pribadi dan profesional yang optimal. Terlepas dari bahwa masing-masing memiliki fokus yang berbeda, hubungan yang saling melengkapi antara keduanya memberikan dasar yang kokoh untuk membangun individu yang seimbang. Tulisan ini akan memeriksa hubungan bimbingan dan konseling dari sudut pandang akademis, mempertimbangkan definisi, tujuan, metode, dan bagaimana keduanya memengaruhi perkembangan individu.

Konseling dan bimbingan, dua konsep yang sering diperdebatkan dalam literatur pendidikan dan psikologi, menawarkan landasan untuk memahami dan membantu individu mengatasi berbagai aspek kehidupan mereka. Konsep pertama dalam hubungan ini, bimbingan sering diartikan sebagai suatu proses pendampingan dan pembimbingan yang bertujuan untuk membantu individu atau kelompok dalam

menemukan dan mengatasi masalah mereka serta dalam mengembangkan potensi penuh mereka. Definisi ini menunjukkan bahwa bimbingan lebih dari sekedar memberikan solusi langsung terhadap masalah; itu lebih pada memberikan individu dengan kemampuan dan pengetahuan yang diperlukan untuk menghadapi kesulitan di masa depan(Lesmana, 2021).

Sebaliknya, konseling memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang aspek psikologis dan emosional seseorang. Konseling adalah suatu proses yang memungkinkan seseorang untuk menemukan dan memahami perasaan, pikiran, dan perilaku mereka sendiri dalam lingkungan yang aman. Tujuan dari konseling adalah untuk mencapai tujuan untuk menyelesaikan masalah atau memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri. Oleh karena itu, konseling memberikan pencerahan psikologis dan emosional, yang mungkin sangat penting untuk mengatasi tantangan yang lebih mendalam daripada bimbingan(Hotmauli, 2022).

Konseling dan bimbingan saling melengkapi untuk menyediakan kerangka kerja yang menyeluruh untuk pertumbuhan individu. Tujuan bimbingan, yang biasanya berfokus pada pengembangan karir, akademik, dan sosial, dimaksudkan untuk membantu orang merencanakan dan mencapai tujuan mereka di berbagai aspek kehidupan. Dalam konteks pendidikan, bimbingan akademis membantu siswa memahami pilihan pendidikan mereka, merencanakan kurikulum yang sesuai, dan mempelajari jalur karir yang mungkin. Bimbingan sosial juga membantu orang belajar berinteraksi dengan orang lain dan mengatasi tantangan sosial.

Sebaliknya, konseling berkonsentrasi pada pemahaman dan pengobatan masalah psikologis atau emosional. Konseling membantu orang mencapai keseimbangan dan kesejahteraan holistik dengan membantu mereka mengatasi hambatan internal yang menghalangi perkembangan mereka. Beberapa tujuan konseling termasuk memecahkan masalah, meningkatkan kesehatan emosional, dan mengembangkan diri.

Namun, tujuan bimbingan dan konseling saling melengkapi dan berkesinambungan satu sama lain. Konseling, misalnya, dapat membantu bimbingan karir mengidentifikasi masalah emosional atau psikologis yang mungkin menghalangi mereka dari mencapai tujuan karir mereka dan memberikan dukungan yang diperlukan untuk mengatasi masalah tersebut. Demikian pula, memberikan pemahaman mendalam tentang diri sendiri dapat membantu bimbingan membimbing individu menuju pilihan pendidikan dan karir yang sesuai dengan nilai-nilai dan aspirasi mereka (Dapa & Mangantes, 2021).

Bimbingan dan konseling memastikan bahwa perkembangan individu dibantu melalui pendekatan holistik melalui berbagai pendekatan yang fleksibel dan dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu atau kelompok. Menurut Hayani et al. (2020) Beberapa teknik umum yang digunakan dalam instruksi termasuk:

1. Wawancara
   Wawancara adalah metode yang umum dalam bimbingan. Ini memungkinkan konselor atau pembimbing untuk lebih memahami individu dan mengumpulkan informasi yang diperlukan untuk mengidentifikasi masalah dan kebutuhan mereka.
2. Tes dan Inventori
   Bimbingan sering melibatkan penggunaan tes bakat, kepribadian, atau minat untuk menentukan potensi dan preferensi seseorang. Hasil tes ini dapat membantu individu membuat keputusan yang lebih cerdas tentang pendidikan dan karir.
3. Penyuluhan
   Sesi penyuluhan dapat memberikan informasi kepada kelompok individu tentang berbagai topik, seperti pengembangan akademik, karir, atau keterampilan interpersonal.

Sebaliknya, konseling dimaksudkan untuk membantu orang mengeksplorasi dan mengatasi masalah psikologis dan emosional mereka. Menurut Chrysnaputra (2020) Beberapa jenis konseling termasuk:

1. Terapi Bicara (Counseling Talk)
   Untuk membantu konseli memahami dan mengungkapkan perasaan mereka, konselor memimpin percakapan terapeutik. Metode ini mendorong pemikiran kritis dan pemahaman diri.
2. Terapi Kognitif
   Tujuan terapi kognitif adalah untuk mengubah pola pikir irasional atau negatif yang menghambat pertumbuhan seseorang. Konselor bekerja dengan klien untuk menemukan dan mengganti pola pikir yang merugikan.
3. Terapi Perilaku
   Terapi perilaku membantu orang menemukan dan mengubah perilaku yang menjadi hambatan. Konselor membantu mereka membuat dan menerapkan strategi untuk mengubah perilaku yang baik.
4. Interaksi Dinamis
   Hubungan Antara Bimbingan dan Konseling Bimbingan dan konseling adalah hubungan yang berkembang terus-menerus yang memiliki kekuatan untuk menentukan jalan perkembangan seseorang. Membangun dasar pemahaman yang kuat sering dimulai dengan bimbingan, yang berfokus pada identifikasi masalah dan peningkatan pemahaman diri. Bimbingan membantu orang menemukan area di mana mereka membutuhkan dukungan tambahan, seperti pendidikan, pekerjaan, atau aspek pribadi.

Konseling dapat digunakan setelah bimbingan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang kemungkinan masalah emosional atau psikologis. Misalnya, seorang siswa yang mendapatkan bimbingan akademis mungkin menemukan bahwa kecemasan atau masalah kepercayaan diri menghalangi mereka untuk mengambil langkah-langkah konkret dalam merencanakan karir mereka. Konseling dapat membantu dalam situasi ini dengan memberikan dukungan emosional yang diperlukan untuk mengatasi tantangan ini (Laia et al., 2022).

Konseling, di sisi lain, dapat membantu orang memahami dan mengatasi masalah emosional mereka, dan bimbingan dapat membantu

mereka merencanakan langkah-langkah konkret untuk mencapai tujuan mereka. Hubungan yang efektif antara konseling dan bimbingan memungkinkan individu untuk mengatasi tantangan secara menyeluruh, memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri, dan merencanakan masa depan dengan lebih baik.

Meningkatkan Kesejahteraan dan Produktivitas Pengaruh hubungan bimbingan dan konseling pada seseorang mencakup berbagai aspek kesejahteraan dan produktivitas. Menurut Yeni Karneli (2021) Beberapa efek utama meliputi:

1. Peningkatan Kesejahteraan Emosional
   Individu dapat mengatasi masalah emosional dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka melalui kombinasi bimbingan dan konseling yang memberikan dukungan emosional. Dalam hal pendidikan, ini dapat mencakup peningkatan kepercayaan diri siswa dan ketahanan terhadap stres akademis.
2. Pengembangan Karir yang Lebih Baik
   Bimbingan membantu orang merencanakan karir mereka, sementara konseling dapat membantu mengatasi hambatan emosional yang mungkin menghalangi orang untuk mencapai tujuan karir mereka. Oleh karena itu, hubungan ini dapat menghasilkan pengembangan karir yang lebih berkelanjutan.
3. Perbaikan Hubungan Interpersonal
   Bimbingan sosial dapat meningkatkan keterampilan interpersonal, dan konselor dapat membantu individu memahami dan mengatasi masalah hubungan. Dengan demikian, hubungan ini dapat berdampak positif pada kualitas hubungan interpersonal individu.
4. Peningkatan Prestasi Akademis
   Orang dapat mencapai peningkatan prestasi akademis dengan bantuan bimbingan akademis dan dukungan konseling untuk mengatasi stres atau masalah pribadi. Efek positif ini terkait erat dengan peningkatan motivasi dan ketahanan terhadap tantangan akademik.

5. Pengembangan Diri yang Optimal

   Bimbingan dan konseling dapat membantu orang menjadi lebih sadar diri dan lebih memahami diri mereka sendiri. Ini dapat mencakup peningkatan kesadaran diri, pola pikir yang lebih positif, dan pengembangan keterampilan hidup yang kritis.

Menurut Dini (2021)Meskipun mereka memiliki manfaat yang luar biasa banyak, ini juga dapat menghadapi beberapa masalah. Di antara masalahnya adalah:

1. Keterbatasan Sumber Daya

   Banyak orang tidak memiliki cukup sumber daya untuk mendapatkan bimbingan dan konseling yang terbaik, terutama di institusi pendidikan atau organisasi. Kualitas dan aksesibilitas layanan dapat dipengaruhi oleh waktu, dana, dan ketersediaan konselor.
2. Stigma Sosial

   Adanya stigma yang terkait dengan mencari bantuan psikologis atau emosional mungkin menghalangi orang untuk mendapatkan bimbingan dan konseling. Persepsi negatif masyarakat tentang orang yang mencari bantuan mental juga dapat menghambat akses dan partisipasi mereka.
3. Keterpisahan Struktur Institusi

   Struktur institusi pendidikan atau pekerjaan kadang-kadang membedakan konseling dan bimbingan. Ini menyulitkan koordinasi yang efektif antara kedua layanan tersebut. Keterpisahan ini dapat menyebabkan alur kerja yang tidak jelas dan layanan yang tidak efisien.
4. Keterlambatan Pengenalan Masalah

   Tantangan mungkin muncul ketika masalah emosional atau psikologis tidak teridentifikasi dengan cepat. Keterlambatan dalam mengidentifikasi masalah ini dapat menyebabkan respons dan penanganan yang lebih lambat, yang pada gilirannya dapat mengurangi manfaat yang dapat dicapai.

Hubungan yang kompleks dan penting antara bimbingan dan konseling membentuk perkembangan individu. Keduanya menawarkan

pendekatan holistik yang melihat individu sebagai kesatuan psikologis, emosional, dan sosial, bukan hanya sebagai subjek akademis atau profesional. Kombinasi bimbingan dan konseling memberikan panduan praktis dan konseling.

Sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan holistik saat menghadapi tantangan yang muncul dalam hubungan ini. Lembaga pendidikan, organisasi, dan masyarakat umum dapat mengambil tindakan penting, seperti menyediakan sumber daya yang memadai, mengurangi stigma sosial, mengintegrasikan layanan bimbingan dan konseling, dan berusaha untuk menemukan masalah dengan cepat. Dengan cara ini, hubungan antara bimbingan dan konseling dapat menjadi lebih efektif, berdampak lebih baik pada perkembangan individu, dan membantu membangun masyarakat yang lebih produktif dan seimbang.

C. PERBEDAAN KONSELING DENGAN PSIKOTERAPI

Dalam bidang bimbingan dan kesehatan mental, psikoterapi dan konseling adalah dua pendekatan yang sering digunakan. Meskipun keduanya bertujuan untuk membantu orang dengan masalah psikologis dan emosional, terdapat perbedaan besar dalam pendekatan, metodologi, dan cakupan praktik keduanya. Dalam dunia akademik, penting untuk memahami perbedaan ini agar dapat menerapkan pendekatan yang tepat untuk klien (Hibatullah, 2022).

Konselor membantu klien memahami dan mengatasi masalah pribadi, sosial, atau emosional. Pendekatan ini lebih singkat dan fokus pada penyelesaian masalah spesifik, dan konselor biasanya menggunakan pendekatan yang lebih praktis dan berpusat pada solusi, membantu klien menemukan strategi konkret untuk mengatasi masalah mereka.

Sebaliknya, psikoterapi adalah proses yang lebih mendalam dan terorganisir yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengatasi sumber masalah psikologis klien melalui analisis lebih lanjut dari aspek

emosional, kognitif, dan perilaku mereka. Dalam psikoterapi, terapis sering menggunakan berbagai metode dan pendekatan, seperti psikoanalisis, kognitif, perilaku, atau humanistik, sesuai dengan kebutuhan dan preferensi klien (Fatimatuzzahroh, 2021).

Penting untuk diingat bahwa perbedaan utama antara psikoterapi dan konseling terletak pada seberapa mendalam analisis dilakukan dan seberapa lama intervensi berlangsung. Konseling cenderung lebih cocok untuk masalah yang lebih spesifik dan dapat diselesaikan dalam waktu singkat, sementara psikoterapi memerlukan proses yang lebih panjang dan menyeluruh.

Konseling lebih cenderung menggunakan pendekatan perilaku atau kognitif, mengajarkan keterampilan praktis, dan memberikan dukungan psikologis. Di sisi lain, psikoterapi dapat mencakup berbagai pendekatan, seperti terapi psikoanalisis, terapi keluarga, atau terapi kelompok, yang dimaksudkan untuk mempelajari dan memahami dinamika yang lebih dalam yang memengaruhi kesehatan mental seseorang (Aprianty & Ngalimun, 2022).

Hubungan antara klien dan konselor, baik dalam konseling maupun psikoterapi, sangat penting. Dalam konseling, fokus lebih pada membangun kepercayaan dan memberikan dukungan, sementara psikoterapi mungkin memerlukan hubungan yang lebih intim dan mempelajari lebih banyak aspek emosional yang kompleks.

Faktor penting lainnya adalah lama pertemuan antara profesional dan klien. Pertemuan dalam konseling mungkin lebih singkat dan lebih terkonsentrasi, sementara psikoterapi dapat berlangsung lebih lama dan melibatkan pemeriksaan yang lebih menyeluruh terhadap masalah klien.

Untuk memastikan bahwa mahasiswa dan profesional kesehatan mental dapat memilih pendekatan yang sesuai dengan kebutuhan klien, penting bagi mereka untuk memahami perbedaan antara konseling dan psikoterapi. Keduanya memiliki peran dan tujuan yang berbeda, dan memahami perbedaan ini adalah langkah awal menuju penerapan praktik terbaik dalam memberikan bimbingan dan dukungan psikologis.

D. REFERENSI

Chrysnaputra, R. D. (2020). PERANAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MEMOTIVASI PESERTA DIDIK SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI SMA DARUT TAQWA PASURUAN. *Jurnal Ekonomi Syariah*, *2*(1), 792669. https://padangkita.com/ini-jumlah-jamaah-umrah-

Dapa, A. N., & Mangantes, M. L. (2021). *Bimbingan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus*. Deepublish.

Dini, I. rahma. (2021). Bimbingan Konseling. *Universitas Negeri Padang*, 9.

Fatimatuzzahroh, S. A. M. (2021). Efektivitas Penerapan Bimbingan Konseling Islami Mengatasi Permasalahan Siswa Dalam Proses Belajar : Literature Review. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2021 PD ABKIN JATIM & UNIPA SBY EFEKTIVITAS*, 27–33.

Gunawan, A. R., & Amalia, R. (2020). Peran Guru PAI dalam Bimbingan Konseling Siswa Bermasalah di SMA 1 Tambun Utara Kabupaten Bekasi. *Eduprof : Islamic Education Journal*, *2*(2), 32–47.

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Hibatullah, H. (2022). Implementasi Bimbingan Konseling dalam Pendidikan Islam. *Jurnal At-Tadbir : Media Hukum Dan Pendidikan*, *32*(1), 1–11. https://doi.org/10.52030/attadbir.v32i1.122

Hotmauli, M. (2022). Implementasi Teori Ginzberg dalam Bimbingan Konseling Karir. *Jurnal Cahaya Mandalika*, *3*(2), 98–104.

Laia, Y., Sarumaha, M. S., & Laia, B. (2022). Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Di Sma Negeri 3 Susua Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, *2*(1), 1–12. https://doi.org/10.57094/jubikon.v2i1.367

Lesmana, G. (2021). *Bimbingan Konseling Populasi Khusus*.

Lestari, M. A. (2020). *Bimbingan Konseling Di SD (Mendampingi Siswa Meraih Mimpi)*. Deepublish.

Yeni Karneli, A. K. S. P. (2021). Pelayanan Profesional Guru Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir Kesalahpahaman Tentang Bimbingan Konseling Di Sekolah. *Journal Of Education And Teaching Learning (JETL)*, *3*(1), 36–49. https://doi.org/10.51178/jetl.v3i1.117

BAB 2
PENDEKATAN TEORI KONSELING

A. TEORI KONSELING CLIENT

Teori Konseling Klien, yang juga dikenal sebagai pendekatan klien-terpusat atau terapi orang-terpusat, adalah kerangka konseptual yang mendominasi dunia bimbingan dan konseling sejak pertengahan abad ke-20. Teori ini terus memainkan peran penting dalam pemahaman dan praktik konseling hingga hari ini. Melalui pemahaman, empati, dan penerimaan terhadap pengalaman klien, Teori Konseling Klien bertujuan untuk membawa perubahan positif.

Teori Konseling Klien didasarkan pada perspektif konseptual dan filosofis yang mendasari konsepsi manusia sebagai makhluk dengan kemampuan untuk menyadari diri, berkembang, dan berubah. Rogers berpendapat bahwa setiap orang memiliki dorongan intrinsik untuk mencapai potensi terbaiknya, dan peran konselor adalah membuat lingkungan yang mendukung dan memudahkan proses ini (Hotmauli, 2022).

Dua pilar utama dari Teori Konseling Klien adalah empati dan penerimaan tanpa syarat. Empati mencakup kemampuan konselor untuk memahami dan merasakan pengalaman klien dari sudut pandang mereka sendiri. Di sisi lain, memberikan dukungan tanpa menghakimi atau mengkondisikan cinta atau penerimaan terhadap klien. Memungkinkan klien untuk membuka diri secara lebih jujur dan

mendalam, kedua ide ini memungkinkan hubungan konseling yang aman dan mendukung (Lesmana, 2021).

Fokus dari teori konseling klien adalah pemahaman diri dan perubahan yang positif. Konselor membantu klien mengeksplorasi dan memahami perasaan, pemikiran, dan perilaku mereka dengan meningkatkan kesadaran diri, yang membantu mereka menemukan solusi untuk masalah mereka dan menjadi lebih mandiri.

Teori Konseling Klien menekankan konsep kesetaraan dan kerja sama antara klien dan konselor. Konseling bertindak sebagai mitra klien alih-alih bertindak sebagai otoritas yang dapat memberikan solusi. Klien dianjurkan untuk berpartisipasi secara aktif dalam proses pengambilan keputusan dan menetapkan tujuan mereka sendiri. Ini menciptakan dinamika yang mendukung perubahan dan mendorong rasa tanggung jawab (Gunawan & Amalia, 2020).

Menurut Rogers, setiap orang memiliki dorongan internal untuk mencapai potensi penuh mereka. Melalui pemahaman diri dan pengalaman konseling, klien diharapkan dapat mencapai aktualisasi diri yang lebih tinggi, yaitu menjadi versi terbaik dari diri mereka sendiri. Ini adalah konsep utama dalam Teori Konseling Klien.

Menurut Teori Konseling Klien, proses konseling terdiri dari beberapa tahapan. Pertama, ada fase eksplorasi di mana konselor dan klien membangun hubungan dan menemukan masalah atau tujuan konseling. Selanjutnya, konselor membantu klien mempelajari dan memahami pengalaman mereka lebih dalam. Tahap terakhir adalah implementasi perubahan, di mana klien mulai menerapkan pengetahuan dan kemampuan baru dalam kehidupan sehari-hari mereka (Dapa & Mangantes, 2021).

Teori Konseling Klien dapat diterapkan pada berbagai jenis situasi, seperti individu, kelompok, atau bahkan keluarga. Keterampilan mendengarkan yang aktif, empati, dan lingkungan yang mendukung dibangun oleh konselor yang menggunakan metode ini. Mereka juga tahu betapa pentingnya berpikir tentang diri mereka sendiri untuk

menghindari pandangan atau prinsip pribadi yang menghalangi konseling.

Teori Konseling Klien sangat banyak digunakan dalam praktik konseling. Beberapa orang mengkritiknya dengan mengatakan bahwa terlalu banyak menekankan penerimaan tanpa syarat dapat mengabaikan pentingnya memberikan bimbingan dan petunjuk kepada klien. Selain itu, metode ini mungkin tidak cocok untuk situasi di mana intervensi struktural atau penyelesaian masalah yang lebih cepat diperlukan.

Dengan akarnya dalam pandangan manusia yang optimis dan dorongan bawaan untuk pertumbuhan, teori konseling klien masih merupakan pendekatan yang relevan dan efektif dalam bimbingan dan konseling. Pendekatan ini sangat menarik bagi konselor yang ingin memahami dan membantu klien mereka mencapai potensi maksimal mereka, dengan fokus pada hubungan yang mendukung, penerimaan tanpa syarat, dan pengembangan kesadaran diri. Namun, penting untuk diingat bahwa tidak ada satu pendekatan yang cocok untuk semua orang, dan konselor harus mampu mengubah pendekatan mereka untuk memenuhi kebutuhan unik setiap klien.

B. TEORI KONSELING

Teori konseling adalah kerangka konseptual yang membentuk praktik konseling di berbagai konteks, seperti pendidikan dan kesehatan mental. Perlu pemahaman terhadap fondasi konseptualnya, dan menjelaskan bagaimana teori ini diterapkan dalam dunia akademik (Hayani et al., 2020).

Teori konseling adalah kerangka konseptual yang membantu kita memahami dan mengarah pada interaksi antara konselor dan klien. Tujuan utama teori ini adalah untuk membangun fondasi untuk proses bimbingan dan konseling, mengarah pada intervensi, dan membuat hubungan yang baik antara konselor dan klien. Menurut Harefa &

Telaumbanua (2020) Ada beberapa teori konseling yang banyak di pakai:

1. Teori Konseling Behavioristik
   Teori ini berasal dari behaviorisme, yang menekankan observasi perilaku yang dapat diukur. Teori ini berpendapat bahwa perilaku dapat dipelajari dan diubah melalui pembentukan dan hukuman. Teori ini mencakup penerapan dalam dunia akademis seperti penguatan positif, pengelolaan kelas yang efektif, dan pendekatan terapeutik yang berpusat pada pengukuran perilaku.
2. Teori Konseling Kognitif
   Pendekatan kognitif dalam teori konseling menekankan bagaimana proses pikiran dan kognitif memengaruhi perilaku dan emosi. Dalam pendidikan, teori ini dapat digunakan untuk membantu siswa menemukan dan mengubah pola pikir yang tidak produktif atau tidak sehat serta meningkatkan kemampuan mereka untuk mengatasi stres yang disebabkan oleh pendidikan mereka.
3. Teori Konseling Psikodinamik
   Konsep psikoanalisis, yang dibangun oleh Sigmund Freud, berfungsi sebagai dasar teori konseling ini. Psikodinamik memperhatikan bagaimana emosi dan perilaku dibentuk oleh pengaruh tidak sadar. Dalam pendidikan, metode ini dapat membantu memahami elemen yang dapat mempengaruhi perilaku siswa di lingkungan pendidikan dan prestasi akademik mereka.
4. Teori Konseling Humanistik
   Teori humanistik, terutama Teori Konseling Klien yang dikembangkan oleh Carl Rogers, menekankan penghargaan dan penerimaan individu tanpa syarat. Metode seperti ini dapat memperkuat hubungan antara guru dan siswa, memberi siswa rasa didengar dan diterima, dan membantu mereka berkembang.
5. Teori Konseling Eklektik
   Pendekatan eklektik menggabungkan beberapa teori konseling untuk membuat pendekatan yang lebih sesuai dengan kebutuhan klien atau situasi tertentu. Dalam lingkungan akademik, pendekatan

eklektik dapat digunakan untuk membuat strategi intervensi yang lebih komprehensif yang dapat disesuaikan dengan berbagai masalah yang dihadapi siswa.

Teori konseling terdiri dari fondasi konseptual yang mencakup prinsip-prinsip dasar yang menjadi dasar bagi setiap pendekatan. Pertama, optimisme ditanamkan oleh keyakinan bahwa setiap orang memiliki kemampuan untuk tumbuh dan berkembang, termasuk siswa di pendidikan. Kedua, hubungan konselor-siswa yang positif didasarkan pada Teori Konseling Klien, yang mengajarkan penerimaan tanpa syarat dan empati (Harita et al., 2022).

Selain itu, konsep self-actualization mengacu pada keyakinan bahwa setiap orang memiliki dorongan internal untuk mencapai potensi tertingginya. Dalam pendidikan, konsep ini memberikan dasar untuk membantu siswa mencapai tujuan akademik dan pribadi mereka.

Teori konseling memberikan fondasi konseptual penting untuk mengarahkan praktik konseling dalam lingkungan akademik. Pemahaman mendalam tentang teori-teori ini memungkinkan profesional konseling dan siswa untuk mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk mendukung siswa secara efektif dalam lingkungan akademik yang dinamis. Untuk memastikan bahwa setiap siswa menerima dukungan yang tepat untuk mencapai potensi terbaiknya, pendekatan konseling yang efektif memerlukan penerapan teori konseling yang relevan dengan kebutuhan unik setiap siswa.

C. TEORI KONSELING EKSISTENSIAL

Diilhami oleh filsuf eksistensialis seperti Søren Kierkegaard, Friedrich Nietzsche, dan Jean-Paul Sartre, teori konsepsi eksistensial menawarkan perspektif unik tentang hidup, makna, dan manusia. Dalam konseling, pendekatan ini menekankan pada kebebasan individu, tanggung jawab, dan pencarian makna dalam hidup. Perlu dipahami secara holistik prinsip-prinsip dasar Teori Konseling Eksistensial dan bagaimana teori ini dapat diterapkan untuk membantu orang dalam memahami diri

mereka sendiri, berkembang, dan menemukan makna dalam hidup mereka (Dini, 2021). Prinsip-prinsip utama Teori Konseling Eksistensial adalah sebagai berikut:

1. Kebebasan dan Tanggung Jawab
   Menurut Teori Konseling Eksistensial, orang memiliki kebebasan untuk memilih dan menentukan jalan hidup mereka sendiri, tetapi mereka juga memiliki tanggung jawab atas pilihan mereka. Setiap tindakan dan keputusan yang dilakukan individu membentuk jalan hidup mereka, dan mereka harus bertanggung jawab atas segala akibat yang timbul dari tindakan tersebut.
2. Pencarian Makna
   Teori Konseling Eksistensial menganggap pencarian makna dalam hidup sebagai komponen penting. Dalam pendekatan ini, konselor membantu klien mengeksplorasi dan memahami tujuan, nilai, dan makna yang mendasari kehidupan mereka. Individu dianggap memiliki dorongan bawaan untuk mencari makna dalam kehidupan mereka.
3. Pentingnya Pengalaman Subyektif
   Menurut teori ini, kebanyakan informasi tentang kehidupan seseorang berasal dari pengalaman subyektif mereka sendiri. Konseling eksistensial memperhatikan perasaan, pemikiran, dan pengalaman klien, mengakui bahwa setiap orang menjalani kehidupan mereka dengan cara yang berbeda.
4. Kontekstus Hidup dan Kematian
   Eksistensialis percaya bahwa kematian adalah bagian penting dari kehidupan. Konselor membantu klien menghadapi eksistensi mereka dengan kesadaran akan ketidakpastian dan keunikan hidup karena kesadaran akan kematian dapat memberikan tekanan tambahan pada individu untuk mencari makna dan mencapai tujuan hidup mereka.
5. Hubungan dan Konektivitas
   Menurut Teori Konseling Eksistensial, hubungan antara konselor dan klien sangat penting. Klien dapat mengungkapkan perasaan,

pertanyaan, dan kekhawatiran mereka di tempat yang aman dan mendukung berkat hubungan ini. Koneksi ini membantu orang lebih memahami diri mereka dan berkembang.

Menurut Sugiarto, S., Neviyarni, S., & Firman (2021)teori konseling Eksistensial sangat cocok untuk digunakan dalam:

1. Pemahaman Diri dan Refleksi
   Dalam konseling eksistensial, konselor membantu klien untuk merenung dan memahami diri mereka sendiri lebih dalam. Melalui dialog terbuka dan penuh makna, konselor mengajak klien untuk memeriksa keyakinan, nilai, dan harapan yang membentuk perspektif mereka tentang hidup.
2. Mengatasi Kekhawatiran dan Kebingungan
   Teori ini sangat efektif dalam membantu orang yang bingung atau terhimpit oleh kekhawatiran eksistensial, seperti ketidakpastian masa depan atau arti hidup. Konselor eksistensial membantu klien mereka memahami dan mempertimbangkan kekhawatiran mereka.
3. Pengembangan Keterampilan Pengambilan Keputusan
   Dalam Teori Konseling Eksistensial, salah satu elemen penting adalah kebebasan individu dalam membuat keputusan. Konselor membantu klien dalam membangun keterampilan pengambilan keputusan yang menghormati kebebasan dan tanggung jawab pribadi mereka.
4. Membimbing Pertumbuhan Pribadi
   Teori Konseling Eksistensial mendorong pertumbuhan pribadi melalui penerimaan tanggung jawab dan pemahaman yang lebih mendalam tentang diri sendiri. Konselor membantu klien mengidentifikasi tujuan hidup mereka, mengatasi tantangan, dan mengambil tindakan untuk aktualisasi diri.
5. Mengatasi Konflik Eksistensial
   Konflik eksistensial, seperti antara kebebasan dan tanggung jawab, dapat muncul dalam kehidupan seseorang. Konselor membantu klien mengatasi konflik ini dengan memberikan wawasan dan membantu mereka menemukan keseimbangan yang berguna.

Pemahaman manusia, kebebasan, dan pencarian makna dalam kehidupan dibantu oleh teori konsepsi eksistensial. Metode ini memungkinkan penerimaan tanggung jawab pribadi, kemajuan pribadi, dan pemahaman yang lebih baik tentang diri sendiri dalam praktik akademik dan konseling. Bagi mereka yang mencari pendekatan konseling yang mendalam dan berpusat pada makna, Teori Konseling Eksistensial masih menjadi pilihan yang kuat, meskipun dihadapkan pada beberapa masalah dan kritik.

D. TEORI TERAPI RASIONAL

Albert Ellis menciptakan terapi rasional pada tahun 1955. Teori ini bersifat kognitif dan berasal dari perspektif epikurean, yang berpendapat bahwa keyakinan dan pikiran seseorang sangat memengaruhi perilaku dan pengalaman emosional mereka. Tujuan dari terapi rasional adalah untuk membantu orang mengidentifikasi, menggantikan, dan mengubah pola pikir irasional yang dapat menyebabkan stres, kecemasan, dan masalah emosional lainnya (Hibatullah, 2022).

Terapi rasional berakar pada gagasan bahwa persepsi individu tentang keadaan lebih penting daripada faktor eksternal yang memengaruhi perasaan dan perilaku seseorang. Menurut teori ini, pikiran irasional dan tidak rasional dapat menyebabkan konflik emosional dan psikologis.

Filosofi Epikurean, yang mengatakan bahwa setiap orang bertanggung jawab atas kebahagiaan dan kesejahteraan mereka sendiri, memengaruhi terapi rasional. Albert Ellis menciptakan gagasan bahwa keyakinan irasional harus diidentifikasi dan diubah untuk mencapai tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi.

Model ABC (Affect, Belief, and Consequence) adalah pilar utama terapi rasional. A adalah peristiwa atau keadaan, B adalah pendapat atau pemikiran individu, dan C adalah akibat emosional atau perilaku yang muncul sebagai tanggapan terhadap pendapat tersebut. Terapis

Terapi Rasional membantu klien menyadari hubungan antara A, B, dan C (Mulyati & Kamaruddin, 2020).

Terapi rasional mengidentifikasi beberapa keyakinan irasional yang sering terjadi, seperti kesalahan kausalitas, generalisasi berlebihan, dan pemikiran absolut (memandang segala hal sebagai hitam-putih). Terapi ini membantu orang mengubah keyakinan mereka menjadi cara berpikir yang lebih logis dan realistis.

Terapi rasional membantu orang mengubah pola pikir irasional melalui disputasi kognitif, di mana terapis menantang dan mempertanyakan keyakinan irasional klien mereka serta menawarkan alternatif yang lebih sehat. Terapis juga dapat menawarkan tugas rumah, seperti mencatat pikiran irasional dan mengubahnya menjadi lebih rasional (Yeni Karneli, 2021).

Terapi Rasional menekankan bahwa setiap orang bertanggung jawab untuk mencapai kebahagiaan. Ellis berpendapat bahwa orang memiliki kemampuan untuk mengubah pola pikir yang merugikan karena mereka memiliki kontrol atas tindakan dan pikiran mereka.

Terapi Rasional tidak hanya digunakan untuk mengatasi masalah mental, tetapi juga dapat digunakan untuk meningkatkan kinerja pribadi dan profesional. Orang-orang dapat menggunakan prinsip-prinsipnya untuk mengatasi masalah, mengelola stres, dan mencapai tujuan mereka.

Meskipun ada banyak pendukung untuk metode ini, ada juga kritik. Beberapa kritikus mengatakan bahwa berkonsentrasi pada pikiran dan keyakinan dapat membuat kita mengabaikan faktor lingkungan yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental.

Terapi Rasional telah berkembang dan berubah dari waktu ke waktu. Beberapa perkembangan termasuk menggabungkannya dengan metode terapi lainnya, seperti Terapi Perilaku Kognitif, untuk menghasilkan pendekatan yang lebih komprehensif.

Teori Terapi Rasional adalah bagian penting dari psikoterapi karena membantu orang mengatasi masalah emosional dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Dengan menekankan pemikiran rasional dan

tanggung jawab pribadi, teori ini menjadi alat yang berguna untuk membantu orang mencapai kebahagiaan psikologis dan kesejahteraan.

E. REFERENSI

Dapa, A. N., & Mangantes, M. L. (2021). *Bimbingan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus*. Deepublish.

Dini, I. rahma. (2021). Bimbingan Konseling. *Universitas Negeri Padang*, 9.

Gunawan, A. R., & Amalia, R. (2020). Peran Guru PAI dalam Bimbingan Konseling Siswa Bermasalah di SMA 1 Tambun Utara Kabupaten Bekasi. *Eduprof : Islamic Education Journal*, *2*(2), 32–47.

Harefa, D., & Telaumbanua, K. (2020). *Teori Manajemen Dan Bimbingan Konseling: Kajian Untuk Mahasiswa Pendidikan Dan Keguruan.* PM Publisher.

Harita, A., Laia, B., & Zagoto, S. F. L. (2022). Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Smp Negeri 3 Onolalu Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, *2*(1), 40–52. https://doi.org/10.57094/jubikon.v2i1.375

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Hibatullah, H. (2022). Implementasi Bimbingan Konseling dalam Pendidikan Islam. *Jurnal At-Tadbir : Media Hukum Dan Pendidikan*, *32*(1), 1–11. https://doi.org/10.52030/attadbir.v32i1.122

Hotmauli, M. (2022). Implementasi Teori Ginzberg dalam Bimbingan Konseling Karir. *Jurnal Cahaya Mandalika*, *3*(2), 98–104.

Lesmana, G. (2021). *Bimbingan Konseling Populasi Khusus*.

Mulyati, S., & Kamaruddin, K. (2020). Peran Guru dalam Pelaksanaan

Bimbingan Konseling. *Al-Liqo: Jurnal Pendidikan Islam*, *5*(02), 172–184. https://doi.org/10.46963/alliqo.v5i02.241

Sugiarto, S., Neviyarni, S., & Firman, F. (2021). Peran Penting Sarana dan Prasarana Dalam Pembelajaran Bimbingan Konseling di Sekolah. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, *2*(1), 60-66. https://www.siducat.org/index.php/jpt/article/view/223

Yeni Karneli, A. K. S. P. (2021). Pelayanan Profesional Guru Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir Kesalahpahaman Tentang Bimbingan Konseling Di Sekolah. *Journal Of Education And Teaching Learning (JETL)*, *3*(1), 36–49. https://doi.org/10.51178/jetl.v3i1.117

BAB 3
BIMBINGAN KONSELING DI BERBAGAI KONTEKS

A. BIMBINGAN KONSELING DI SEKOLAH

Bimbingan konseling di sekolah adalah upaya untuk membantu siswa memanfaatkan potensi mereka dan mengatasi kesulitan. Bimbingan konseling sangat penting dalam memberikan dukungan sosial, emosional, dan akademis kepada siswa di sekolah. Dalam pembahasan ini akan dibahas konsep tentang bimbingan konseling sekolah, tujuan, dan peran dan tanggung jawab para konselor (Gunawan & Amalia, 2020).

Bimbingan konseling di sekolah adalah proses interaktif yang melibatkan siswa yang memerlukan bantuan dan profesional konseling. Membantu siswa mengenali dan mengatasi masalah sosial, emosional, dan akademis adalah tujuan utamanya. Bimbingan konseling juga mencakup informasi tentang karir, pengembangan keterampilan belajar, dan dukungan dalam membuat keputusan.

Bimbingan konseling di sekolah mencakup berbagai aspek, seperti bimbingan akademik, bimbingan karir, dan bimbingan personal-sosial. Bimbingan akademik membantu siswa memperoleh keterampilan belajar, menetapkan tujuan akademik, dan mengatasi kesulitan belajar. Bimbingan karir membantu siswa memahami pilihan karir, mengidentifikasi minat dan bakat mereka, dan merencanakan langkah-langkah menuju karir yang memuaskan. Bimbingan personal-sosial, di sisi lain, berkonsentrasi pada pertumbuhan emosional dan sosial siswa,

membantu mereka mengatasi stres, meningkatkan hubungan sosial, dan menyelesaikan masalah interpersonal (Harefa & Telaumbanua, 2020). Menurut Lestari (2020) Tujuan bimbingan Konseling di Institusi pendidikan adalah:

1. Pengembangan Sosial dan Pribadi
   Salah satu tujuan utama bimbingan konseling di sekolah adalah mendukung perkembangan pribadi dan sosial siswa. Ini termasuk memberi siswa pemahaman yang lebih baik tentang emosi mereka, meningkatkan keterampilan komunikasi mereka, dan membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Konselor juga bekerja untuk membuat lingkungan di mana siswa dapat berkembang secara pribadi dan mendapatkan bantuan dalam menangani masalah mereka sendiri.
2. Memahami Karir dan Meningkatkan Kemampuan Kerja
   Siswa dibantu melalui bimbingan konseling untuk memahami berbagai pilihan karir yang tersedia, menentukan minat dan bakat mereka, dan merencanakan jalur karir yang sesuai. Konselor memberikan informasi tentang pasar kerja, tren industri, dan persyaratan pendidikan yang diperlukan untuk berbagai pekerjaan, sehingga siswa dapat membuat keputusan karir yang terinformasi dan sesuai dengan potensi mereka.
3. Pencapaian Akademik yang Terbaik
   Bimbingan konseling di sekolah juga fokus pada mencapai prestasi akademik. Konselor membantu siswa menemukan hambatan dalam belajar, membuat strategi belajar yang efektif, dan merencanakan tujuan akademik. Dengan memberikan dukungan akademik, konselor membantu siswa mencapai potensi akademik mereka.
4. Membimbing dan Memudahkan Pembelajaran
   Konselor sekolah membantu siswa dan memfasilitasi pembelajaran. Mereka membantu siswa menemukan kekuatan dan kelemahan mereka, membuat strategi belajar yang berhasil, dan merencanakan tindakan untuk mencapai tujuan akademik. Konselor bekerja sama

dengan guru dan orang tua dalam peran ini untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung siswa.

5. Sumber Informasi Karir
   Konselor membantu siswa memahami berbagai pilihan karir; mereka memberikan informasi tentang tren industri, perkiraan lapangan pekerjaan, dan persyaratan pendidikan yang diperlukan. Konselor juga membantu siswa memahami hubungan antara minat, bakat, dan jalur karir yang mungkin sesuai dengan mereka.
6. Konsuler sebagai Pendukung Sosial dan Emosional
   Sebagai pendukung emosional dan sosial bagi siswa, konselor sangat penting di sekolah. Mereka memberikan tempat aman bagi siswa untuk berbicara tentang masalah pribadi mereka, merespon kekhawatiran mereka, dan membantu mereka mengatasi konflik interpersonal. Konselor juga dapat membantu siswa mengelola stres dan tekanan.

Sumber daya terbatas adalah salah satu hambatan utama bagi bimbingan konseling di sekolah. Banyak sekolah menghadapi masalah anggaran dan tenaga kerja yang terbatas, sehingga konselor tidak dapat memberikan layanan yang memadai kepada semua siswa. Untuk mengatasi masalah ini, orang tua, guru, dan administrator dapat bekerja sama untuk meningkatkan akses dan keberhasilan bimbingan konseling (Harita et al., 2022).

Stigma terkait konseling juga dapat menghalangi bimbingan konseling. Beberapa siswa mungkin takut meminta konseling karena takut dianggap lemah atau berbeda. Pendidikan tentang pentingnya dukungan emosional dan kesejahteraan mental dapat membantu mengurangi stigma terkait konseling di sekolah.

Evaluasi berkala penting untuk mengukur keberhasilan program bimbingan konseling di sekolah. Evaluasi dapat melihat data tentang prestasi akademik siswa, peningkatan keterampilan sosial dan emosional siswa, dan tingkat kepuasan siswa dengan layanan yang mereka terima. Dengan melakukan evaluasi secara teratur, sekolah dapat menemukan

area yang perlu ditingkatkan dan menyesuaikan metode bimbingan konseling untuk memenuhi kebutuhan siswa (Mardes et al., 2022).

Peningkatan konten, prosedur, dan model pelayanan diperlukan untuk meningkatkan program bimbingan konseling di sekolah. Konselor dan karyawan sekolah dapat bekerja sama untuk menemukan kebutuhan dan tren siswa yang berubah dan membuat program yang sesuai dengan dinamika ini. Proses ini menjamin bahwa bimbingan konseling tetap relevan dan bermanfaat untuk mendukung perkembangan siswa (Handoko, 2020).

Bimbingan konseling sangat penting untuk membantu siswa mencapai potensi mereka dan mengatasi berbagai kesulitan. Konselor di sekolah berusaha untuk membantu siswa dalam kemajuan akademik, karir, dan pribadi-sosial mereka melalui pendekatan yang holistik. Meskipun mereka menghadapi banyak tantangan, evaluasi dan pengembangan terus-menerus menjadikan bimbingan konseling sebagai alat yang berguna untuk meningkatkan kesehatan siswa di lingkungan pendidikan.

B. BIMBINGAN KONSELING DI LINGKUNGAN KERJA

Di lingkungan kerja, bimbingan konseling memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan dan produktivitas karyawan. Dalam hal ini, bimbingan konseling bertujuan untuk membantu karyawan mengatasi masalah pribadi dan profesional yang mungkin memengaruhi kinerja mereka di tempat kerja. Dalam pembahasan ini, kami akan dibahas pentingnya bimbingan konseling di tempat kerja, prinsip-prinsip dasar yang harus dipatuhi, dan keuntungan yang diperoleh pekerja dan organisasi. Menurut Jannah & Marjo (2022) Pentingnya Bimbingan Konseling untuk Mengatasi Masalah Pribadi dan Profesional di Tempat Kerja:

1. Membantu Masalah Pribadi Karyawan
   Konseling di tempat kerja membantu karyawan mengatasi masalah pribadi dan profesional yang dapat memengaruhi kinerja mereka.

Masalah seperti konflik interpersonal, stres, dan kecemasan dapat diidentifikasi dan diatasi melalui sesi konseling.

2. Meningkatkan Kesejahteraan Karyawan
   Kesejahteraan emosional dan mental adalah faktor kunci dalam produktivitas. Karyawan dapat merasa didukung dan memiliki sarana untuk mengelola depresi, stres, atau masalah lainnya yang dapat memengaruhi kesehatan mereka. Konseling dapat membantu mereka merasa lebih baik.
3. Membangun Hubungan Kerja yang Sehat
   Konseling dapat membantu membangun hubungan kerja yang sehat antara atasan dan bawahan atau rekan kerja. Bimbingan konseling dapat meningkatkan kerja sama dan mengurangi konflik.
4. Pengembangan Keterampilan Pribadi dan Profesional
   Bimbingan konseling tidak hanya membantu mengatasi masalah, tetapi juga membantu karyawan belajar keterampilan pribadi dan profesional, seperti manajemen waktu, pengelolaan konflik, dan keterampilan komunikasi.

Konseling harus didasarkan pada keterbukaan dan kepercayaan antara konselor dan anggota staf. Ini menciptakan lingkungan di mana karyawan merasa nyaman untuk membahas masalah profesional dan pribadi mereka. Menurut Hotmauli (2022) Prinsip Konseling di tempat kerja adalah;

1. Keterlibatan dan Empati
   Konselor harus terlibat secara aktif dan menyadari perasaan karyawan mereka. Melakukan ini membantu membangun hubungan yang kuat dan meningkatkan efektivitas bimbingan konseling.
2. Kerahasiaan
   Kerahasiaan adalah prinsip penting dalam bimbingan konseling. Kecuali ada ancaman terhadap keamanan pribadi atau orang lain, karyawan harus merasa yakin bahwa informasi yang mereka bagikan akan disimpan.

3. Kesesuaian dengan Tujuan Organisasi

   Bimbingan konseling harus sesuai dengan tujuan organisasi. Untuk membantu karyawan mengatasi masalah yang memengaruhi kinerja mereka, konselor harus memahami konteks dan tujuan perusahaan.

Bimbingan konseling dapat meningkatkan produktivitas karyawan dengan membantu mereka mengatasi masalah pribadi dan profesional. Jika karyawan merasa didukung, mereka cenderung lebih fokus dan produktif dalam pekerjaan mereka. Menurut Hayani et al. (2020) Manfaat bimbingan konseling di lingkungan kerja adalah:

1. Reduksi Absensi dan Turnover

   Bimbingan konseling yang meningkatkan tingkat kesejahteraan karyawan dapat membantu mengurangi absensi dan turnover. Mereka yang merasa dihargai dan didukung lebih cenderung untuk tetap setia pada organisasi.
2. Meningkatkan Hubungan Tim

   Bimbingan konseling dapat membantu membangun hubungan yang lebih baik di antara anggota tim, yang membantu menciptakan lingkungan kerja yang lebih positif di mana semua orang bekerja sama dengan baik.
3. Pengembangan Karyawan

   Sesi konseling dapat membantu mengidentifikasi potensi karyawan dan merencanakan pengembangan keterampilan dan karir. Ini dapat membantu organisasi mengoptimalkan sumber daya manusia mereka.

Bimbingan konseling di tempat kerja bukan hanya mengatasi masalah, itu juga membantu karyawan merasa lebih baik tentang diri mereka sendiri dan meningkatkan kinerja organisasi secara keseluruhan. Bimbingan konseling adalah investasi dalam keberhasilan dan kesejahteraan jangka panjang perusahaan. Organisasi dapat menciptakan lingkungan kerja yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan karyawan dengan menerapkan prinsip-prinsip dasar dan menyadari manfaatnya.

C. BIMBINGAN KONSELING DI MASYARAKAT

Bimbingan konseling adalah suatu metode yang digunakan untuk membantu orang dalam mengatasi berbagai masalah dan tantangan yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Bimbingan konseling tidak hanya terbatas pada lingkungan akademik atau pekerjaan, tetapi juga sangat penting untuk meningkatkan kesejahteraan mental dan sosial masyarakat secara keseluruhan. Dalam situasi seperti ini, bimbingan konseling masyarakat menggunakan pendekatan yang mencakup berbagai aspek kehidupan seseorang, termasuk masalah pribadi dan dinamika kelompok serta hubungan interpersonal (Dini, 2021).

Banyak orang di masyarakat yang mengalami masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi. Bimbingan konseling memberi mereka kesempatan untuk berbicara tentang pengalaman mereka, menemukan sumber masalah, dan menemukan solusi yang tepat. Menurut Lesmana (2021) Pentingnya bimbingan konseling untuk mengatasi masalah psikologis di masyarakat adalah:

1. Pencegahan Masalah Sosial
   Bimbingan konseling berfungsi untuk mencegah dan menanggapi masalah. Masyarakat dapat mencegah masalah sosial yang dapat merugikan individu dan kelompok dengan memberikan dukungan dan bimbingan.
2. Meningkatkan Keterampilan Interpersonal
   Konseling membantu orang belajar keterampilan interpersonal yang penting untuk membangun hubungan yang sehat dan harmonis. Keterampilan ini termasuk berkomunikasi dengan baik, berempati, dan memecahkan konflik.
3. Membangun Kesejahteraan Emosional
   Bimbingan konseling membantu orang lebih memahami dan mengelola emosi mereka. Ini meningkatkan kesejahteraan emosional, yang berdampak positif pada kehidupan sehari-hari.

4. Pendekatan Holistik dalam Bimbingan Konseling Masyarakat
   Pendekatan holistik dalam bimbingan konseling masyarakat mempertimbangkan berbagai aspek kehidupan seseorang, seperti fisik, mental, sosial, dan spiritual. Pendekatan ini membantu orang melihat masalah mereka secara menyeluruh dan mengembangkan solusi yang holistik untuk mereka.
5. Partisipatif dan Kolaboratif
   Pendekatan kolaboratif memungkinkan pembuatan solusi yang sesuai dengan kebutuhan unik masing-masing individu, yang membuat bimbingan konseling di masyarakat lebih efektif.
6. Pencegahan dan Pengembangan
   Bimbingan konseling di masyarakat fokus pada pencegahan dan pengembangan selain membantu individu mengatasi masalah mereka. Ini dapat mencakup program yang mendidik masyarakat untuk lebih memahami kesehatan mental dan mengelola stres.
7. Inklusif dan Kultural
   Untuk memberikan layanan konseling yang efektif dan berkelanjutan, konselor harus memiliki pemahaman tentang prinsip dan norma budaya masyarakat, dan pendekatan bimbingan konseling di masyarakat harus inklusif dan mempertimbangkan keragaman budaya.

Bimbingan konseling membantu orang mengatasi masalah mental dan menjadi lebih baik. Ini dapat mencakup pengelolaan stres, penanganan kecemasan, dan depresi. Menurut Afifah & Nasution (2023) Manfaat bimbingan konseling di komunitas peningkatan kesejahteraan mental:

1. Perbaikan Hubungan Sosial
   Orang-orang dapat memperbaiki hubungan sosial mereka dengan teman, keluarga, atau komunitas melalui konseling. Meningkatkan keterampilan interpersonal juga membantu membangun hubungan yang lebih baik.

2. Penanganan Krisis
   Bimbingan konseling di masyarakat dapat memberikan bantuan yang diperlukan dalam situasi krisis seperti bunuh diri, kekerasan domestik, atau trauma. Konselor dapat membantu individu dan keluarga mengatasi situasi sulit ini.
3. Pemberdayaan Individu
   Bimbingan konseling masyarakat menanamkan rasa tanggung jawab dan penguatan diri, selain menawarkan solusi instan.

Meskipun kesadaran tentang kesehatan mental meningkat, masyarakat perlu didukung untuk mengatasi stigma yang terkait dengan mendapatkan bantuan konseling. Tantangan dalam implementasi bimbingan konseling di masyarakat stigma terkait kesehatan mental:

1. Keterbatasan Sumber Daya
   Banyak komunitas menghadapi masalah dengan sumber daya yang terbatas, termasuk kekurangan konselor atau layanan kesehatan mental. Diperlukan upaya untuk membuat bimbingan konseling lebih mudah diakses di berbagai lapisan masyarakat.
2. Ketidaksetaraan Akses
   Orang yang tinggal di daerah terpencil atau kelompok minoritas mungkin kesulitan mendapatkan layanan konseling. Fokus utama harus menjadi inklusi dan kesetaraan akses.
3. Kesulitan Mengubah Perilaku
   Merubah perilaku seseorang dan masyarakat membutuhkan waktu dan usaha yang konsisten. Konselor harus memahami kesulitan ini dan bekerja sama dengan orang-orang untuk membawa perubahan yang baik.

Meningkatkan kesejahteraan mental dan sosial individu secara signifikan dapat dicapai melalui bimbingan konseling masyarakat. Untuk menghasilkan perubahan yang menguntungkan dalam komunitas, pendekatan yang luas, terlibat, dan inklusif digunakan. Manfaat jangka panjang dari bimbingan konseling di masyarakat tidak dapat diabaikan, meskipun masih ada tantangan untuk menerapkannya. Bimbingan konseling dapat memainkan peran penting dalam menciptakan

masyarakat yang lebih sehat dan sejahtera secara keseluruhan dengan meningkatkan kesadaran, mengatasi stigma, dan meningkatkan aksesibilitas.

D. REFERENSI

Afifah, N., & Nasution, F. (2023). Peran Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan (Well Being) Siswa. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, *4*(2), 368–380. https://doi.org/10.31538/munaddhomah.v4i2.458

Dini, I. rahma. (2021). Bimbingan Konseling. *Universitas Negeri Padang*, 9.

Gunawan, A. R., & Amalia, R. (2020). Peran Guru PAI dalam Bimbingan Konseling Siswa Bermasalah di SMA 1 Tambun Utara Kabupaten Bekasi. *Eduprof : Islamic Education Journal*, *2*(2), 32–47.

Handoko, H. P. (2020). Layanan Bimbingan Konseling Dalam Peningkatan Motivasi Belajar Siswa SMA N 1 Kota Metro. *Jurnal Dewantara*, *9*(01), 69–84. http://ejournal.iqrometro.co.id/index.php/pendidikan/article/view/128

Harefa, D., & Telaumbanua, K. (2020). *Teori Manajemen Dan Bimbingan Konseling: Kajian Untuk Mahasiswa Pendidikan Dan Keguruan.* PM Publisher.

Harita, A., Laia, B., & Zagoto, S. F. L. (2022). Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Smp Negeri 3 Onolalu Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, *2*(1), 40–52. https://doi.org/10.57094/jubikon.v2i1.375

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Hotmauli, M. (2022). Implementasi Teori Ginzberg dalam Bimbingan Konseling Karir. *Jurnal Cahaya Mandalika*, *3*(2), 98–104.

Jannah, R., & Marjo, H. K. (2022). Etika Profesi Konselor dalam Layanan Bimbingan Konseling Virtual. *Jurnal Paedagogy*, *9*(1), 55. https://doi.org/10.33394/jp.v9i1.4556

Lesmana, G. (2021). *Bimbingan Konseling Populasi Khusus*.

Lestari, M. A. (2020). *Bimbingan Konseling Di SD (Mendampingi Siswa Meraih Mimpi)*. Deepublish.

Mardes, S., Khadijah, K., & Arlizon, R. (2022). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Era New Normal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, *4*(1), 569–575.

BAB 4
PERAN KONSELOR

A. KOMPETENSI DAN KUALIFIKASI KONSELOR

Konseling sangat penting untuk membantu dan membimbing orang dalam mengatasi masalah kehidupan mereka. Agar mereka dapat memberikan bimbingan berkualitas tinggi, seorang konselor harus memiliki kemampuan dan kualifikasi yang kuat. Ini akan membahas berbagai keterampilan yang diperlukan oleh seorang konselor dan kualifikasi yang diperlukan untuk memastikan profesionalisme dalam praktik bimbingan.

Konselor harus memiliki kemampuan komunikasi yang luar biasa. Kemampuan ini termasuk mendengarkan aktif, menyampaikan informasi dengan jelas, dan memahami ekspresi wajah dan bahasa tubuh klien untuk memahami kebutuhan mereka dengan lebih baik. Menurut (Laia et al. (2022) Kompetensi yang Dibutuhkan Konselor adalah:

1. Empati
   Kemampuan untuk merasakan dan memahami perasaan klien adalah aspek penting dari empati. Konselor yang memiliki kemampuan ini dapat membangun hubungan yang lebih dalam dengan klien dan membantu mereka merasa didukung selama proses bimbingan.
2. Analisis dan Pemecahan Masalah
   Konselor harus dapat menganalisis masalah klien dan membuat solusi yang efektif. Dengan keterampilan pemecahan masalah,

konselor dapat memberikan bimbingan yang sesuai dengan kebutuhan individu.

3. Etika Profesional
   Konseling yang baik bergantung pada kode etik profesional. Konselor harus memahami dan mematuhi prinsip-prinsip etika, seperti menjaga kerahasiaan, menghindari konflik kepentingan, dan menjunjung tinggi keadilan.
4. Keahlian Budaya dan Keanekaragaman
   Konselor harus dapat bekerja dengan orang dari berbagai latar belakang budaya dan memahami berbagai norma dan nilai yang mungkin memengaruhi kehidupan klien.
5. Kemampuan Membangun Hubungan
   Konselor harus dapat membangun hubungan yang kuat dan saling percaya dengan klien mereka. Ini termasuk kemampuan untuk membaca situasi interpersonal dan menyesuaikan pendekatan untuk memenuhi kebutuhan klien.
6. Kemampuan Manajemen Waktu
   Konselor harus memiliki kemampuan untuk mengatur sesi konseling, memprioritaskan masalah penting, dan memberikan solusi dalam batas waktu. Ini karena banyak klien memiliki batasan waktu.
7. Pemahaman Teori Konseling
   Memahami teori-teori konseling membantu konselor memilih pendekatan yang paling sesuai dengan kebutuhan klien mereka. Selain itu, pemahaman yang mendalam tentang teori-teori ini memberikan dasar untuk membangun intervensi yang efektif.
8. Kemampuan Beradaptasi
   Konselor harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan konseling yang selalu berubah. Ini termasuk menyesuaikan diri dengan berbagai jenis klien, masalah, dan metode konseling.

Menurut Chrysnaputra(2020) Seorang konselor yang efektif selalu berusaha untuk maju secara profesional. Ini termasuk mempertahankan keterampilan mereka, mengikuti pelatihan dan seminar, dan membaca literatur terbaru. Pengembangan diri profesional konselor terdiri dari;

1. Kualifikasi Pendidikan Formal Konselor
   Umumnya, seorang konselor memerlukan gelar sarjana atau lebih tinggi dalam bidang yang relevan, seperti konseling, psikologi, atau pekerjaan sosial. Mendapatkan gelar ini seringkali membuat konselor lebih kredibel dan lebih memahami teori yang relevan.
2. Lisensi dan Sertifikasi
   Untuk bekerja sebagai konselor di beberapa tempat, mereka harus mendapatkan lisensi atau sertifikasi. Ini dapat mencakup ujian dan persyaratan kelayakan lainnya untuk memastikan bahwa konselor memenuhi standar tertentu.
3. Pengalaman Praktik
   Pengalaman di lapangan, seperti magang, kerja sukarela, atau pekerjaan terdahulu, membantu konselor memahami dinamika kehidupan nyata.
4. Pelatihan Khusus
   Konselor dapat memperoleh pelatihan khusus dalam bidang tertentu, seperti konseling keluarga, konseling remaja, atau konseling kesehatan mental. Pelatihan tambahan dapat meningkatkan kemampuan dan spesialisasi konselor.
5. Keanggotaan dalam Organisasi Profesional
   Bergabung dengan organisasi konseling profesional dapat membantu konselor memperluas pengetahuan dan keterampilan mereka, memberikan mereka kesempatan untuk berkolaborasi dengan orang lain, dan mendapatkan akses ke sumber daya.
6. Sertifikasi Pelatihan Tambahan
   Konselor yang memiliki sertifikasi dalam bidang tertentu, seperti terapi bermain anak, penanganan krisis, atau konseling trauma, dapat menjadi lebih berpengalaman dalam memberikan layanan khusus.
7. Supervisi
   Satu langkah penting menuju pengembangan kualifikasi konselor adalah bekerja di bawah supervisi seorang mentor atau supervisor berpengalaman. Bekerja di bawah supervisi mereka memberikan

kesempatan untuk mendapatkan umpan balik yang bermanfaat dan memberi arahan tentang cara melakukan praktik konseling.

Bergabung dengan asosiasi profesional di bidang konseling dapat meningkatkan visibilitas dan kredibilitas seorang konselor. Asosiasi ini seringkali memberikan dukungan dan menetapkan standar etika. Kompetensi seperti etika profesional dan pemahaman tentang kerahasiaan membantu konselor memastikan keamanan dan kepercayaan klien. Standar profesional yang tinggi juga diciptakan oleh kualifikasi yang sesuai (Jannah & Marjo, 2022).

Layanan yang lebih efektif dapat diberikan oleh konselor yang berpengalaman. Dampak positif pada klien meningkat ketika seseorang dapat menerapkan konsep konseling dengan baik dan mengelola sesi konseling dengan baik.Kualifikasi dan kemampuan konselor memberikan kredibilitas profesional, yang sangat penting untuk membangun kepercayaan klien dan kerja sama yang berhasil (Dini, 2021).

Konselor yang berpengalaman dan berkualifikasi memiliki kemampuan untuk menangani situasi yang kompleks seperti masalah kesehatan mental yang serius, krisis keluarga, atau trauma.Konselor yang terus meningkatkan keterampilan mereka melalui pelatihan dan pengembangan diri menunjukkan dedikasi terhadap profesi. Hal ini meningkatkan persepsi secara keseluruhan tentang profesi konseling.

Kemampuan dan kompetensi konselor sangat penting untuk memberikan bimbingan yang berkualitas tinggi. Keterampilan interpersonal yang kuat, pemahaman teoritis yang mendalam, dan dedikasi untuk etika profesional adalah semua kualitas yang dapat meningkatkan kesehatan klien. Seorang konselor dapat menjadi penggerak perubahan yang kuat dalam membantu orang mengatasi kesulitan dan mencapai potensi penuh mereka dengan memastikan bahwa mereka memenuhi persyaratan kualifikasi.

B. ETIKA PROFESIONAL DALAM BIMBINGAN KONSELING

Konseling adalah suatu proses antara seorang konselor dan orang yang membutuhkan bantuan untuk mengatasi masalah akademik, emosional, sosial, atau pribadi. Dalam situasi seperti ini, etika profesional menjadi dasar untuk melaksanakan fungsi bimbingan konseling. Ketika konselor bertindak untuk menjaga integritas, keadilan, dan keamanan klien, etika profesional membimbing perilaku mereka. Dengan menganalisis konsep, prinsip-prinsip etika, dan masalah yang mungkin dihadapi oleh konselor.

Etika profesional dalam bimbingan konseling adalah set standar dan prinsip yang membantu konselor berperilaku dengan klien mereka. Ini mencakup tanggung jawab moral untuk menjaga kesejahteraan klien, menjaga kerahasiaan, dan memastikan bahwa setiap tindakan dilakukan dengan penuh integritas. Konsep ini juga mencakup aspek moral yang melibatkan mempertimbangkan hak dan kebutuhan klien serta menghindari konflik kepentingan (Handoko, 2020).

Konselor, sebagai bagian dari sistem profesional, diharapkan memahami dan menerapkan etika profesional dalam setiap tahap bimbingan konseling, seperti menilai situasi, membuat keputusan moral, dan berpikir tentang praktik profesional. Konselor yang memahami dan menerapkan etika profesional dapat menciptakan lingkungan bimbingan konseling yang aman, terpercaya, dan menguntungkan bagi klien. Menurut Jannah & Marjo (2022) Prinsip-prinsip Etika Profesional untuk Guru Bimbingan Konseling adalah:

1. Keadian dan kesetaraan

   Konselor harus bertindak berdasarkan keadilan dan menghormati hak asasi manusia untuk memastikan bahwa setiap orang diperlakukan dengan adil dan setara tanpa memandang ras, jenis kelamin, agama, atau faktor lain.
2. Kerahasiaan

   Konsep Kerahasiaan menyatakan bahwa konselor bertanggung jawab untuk mempertahankan kerahasiaan informasi yang dikumpulkan selama proses konseling. Ini menumbuhkan

kepercayaan antara konselor dan klien, melindungi privasi klien, dan memungkinkan klien untuk berbicara terbuka.

3. Otonomi dan Empowerment
   Konselor harus menghormati otonomi klien dan mendorong pemberdayaan mereka. Ini berarti membantu klien membuat keputusan, merencanakan tujuan, dan belajar mengatasi masalah.
4. Prinsip Kompetensi Profesional
   Konselor harus memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam bimbingan konseling dan terus meningkatkan kemampuan mereka melalui pelatihan dan pendidikan yang relevan.
5. Integritas dan Kejujuran
   Dengan prinsip integritas dan kejujuran, konselor diharapkan bertindak secara jujur dan jujur. Mereka harus menjaga standar etika dalam semua aspek praktik profesional mereka, menghindari konflik kepentingan, dan memberikan informasi yang akurat.

Menurut Haryati, (2020) Sulit untuk mengadopsi standar profesional dalam bimbingan konseling. Meskipun prinsip-prinsip etika memberikan standar yang jelas, konselor sering menghadapi masalah untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa masalah tersebut termasuk:

1. Konflik Nilai
   Konselor kadang-kadang menghadapi konflik nilai antara nilai-nilai mereka sendiri dan nilai-nilai klien mereka. Ini dapat membuat pengambilan keputusan moral yang sulit dan memerlukan pemikiran yang mendalam.
2. Keterlibatan Emosional
   Objektivitas konselor dapat terpengaruh oleh keterlibatan emosional. Dalam praktik konseling, mengelola emosi dan mempertahankan batas profesional adalah tantangan.

3. Teknologi dan Privasi
   Penggunaan teknologi dalam bimbingan konseling, seperti sesi online, dapat menyebabkan masalah privasi dan keamanan data yang perlu diperhatikan.
4. Isu Kontrol dan Kekuasaan
   Konselor memiliki posisi kekuasaan dalam konseling, dan sulit untuk menggunakan posisi kekuasaan ini secara moral. Kecerdasan emosional dan kesadaran diri diperlukan untuk menjaga hubungan dalam keseimbangan yang sehat.

Dalam bimbingan konseling, etika profesional sangat penting untuk memastikan bahwa setiap interaksi dan keputusan didasarkan pada prinsip moral yang tinggi. Dengan bantuan prinsip-prinsip etika, konselor dapat melakukan pekerjaan mereka dengan integritas, adil, dan penuh perhatian terhadap klien. Konselor yang kompeten dan bermoral dapat menciptakan lingkungan bimbingan konseling yang positif dan menguntungkan bagi klien mereka meskipun menghadapi berbagai tantangan. Oleh karena itu, memahami secara mendalam etika profesional dan menerapkannya dengan benar adalah penting untuk praktik bimbingan konseling yang berhasil.

C. HUBUNGAN KONSELOR DAN KLIEN

Proses bimbingan konseling bergantung pada hubungan antara konselor dan klien. Dinamika hubungan ini sangat penting untuk keberhasilan sesi konseling. Hubungan yang kuat dan saling percaya antara konselor dan klien dapat memungkinkan peningkatan pemahaman, pengembangan diri, dan pemecahan masalah. Ini akan membahas variabel yang mempengaruhi hubungan antara konselor dan klien, serta langkah-langkah penting yang diambil kedua belah pihak untuk membangun hubungan yang positif dan menguntungkan. Menurut Alijona (2020) Faktor yang Mempengaruhi Hubungan Konselor dan klien adalah:

1. Empati
   Kemampuan seorang konselor untuk berempati dengan perasaan kliennya tanpa mempertimbangkan perasaan mereka membantu mereka merasa didengar dan dipahami.
2. Keterbukaan dan Transparansi
   Dua pilar penting dalam hubungan konseling adalah jika kedua pihak terbuka tentang proses konseling dan mau berbagi pengalaman mereka.
3. Penerimaan Tanpa Syarat
   Konsep dasar konseling Konselor harus menerima klien mereka tanpa menghukum atau mengkritik mereka, menciptakan lingkungan yang aman bagi klien untuk mengeksplorasi dan mengungkapkan diri mereka.
4. Pemberdayaan Klien
   Pemberdayaan klien sangat penting untuk hubungan yang efektif. Konseling harus mengajarkan klien tentang kekuatan mereka, meningkatkan kepercayaan diri, dan melakukan perubahan.
5. Batasan Profesional
   Menjaga batas-batas profesional penting dalam hubungan profesional. Untuk menjaga integritas hubungan, konselor harus memahami tugas mereka, dan klien harus memahami batas-batas ini.

Peran Penting Konselor dalam hubungan mereka dengan klien adalah sebagai berikut:

1. Mendengarkan Aktif
   Konselor harus mendengarkan aktif, memahami masalah klien, dan merespons dengan empati. Ini membuat klien merasa didengar dan dipahami.
2. Dukungan Emosional
   Konselor sangat penting dalam memberikan dukungan emosional kepada klien mereka. Mereka harus menciptakan lingkungan aman di mana klien mereka dapat berbicara tanpa takut dikritik.

3. Membangun Kepercayaan
   Kepercayaan adalah bagian penting dari hubungan konseling. Konselor harus selalu menjaga rahasia, jujur, dan memberikan dukungan terus menerus.
4. Mendorong Pemahaman Diri
   Konselor membantu klien menjelajahi dan memahami diri mereka sendiri. Proses ini memungkinkan klien untuk belajar lebih banyak tentang bagaimana mereka berperilaku, berpikir, dan berperasaan.
5. Memberdayakan Klien
   Salah satu tujuan konseling adalah untuk mendorong klien untuk mengambil alih kendali atas kehidupan mereka. Konselor harus membantu klien menemukan kekuatan mereka dan membuat rencana untuk perubahan yang baik.

Ketika berbicara tentang hubungan antara konselor dan klien, peran yang dimainkan oleh klien sangat penting untuk keberhasilan dan keberhasilan proses konseling secara keseluruhan. Beberapa peran penting yang harus dimainkan oleh klien termasuk membangun fondasi untuk hubungan yang positif dan berdaya (Nursalim, 2020).

Klien harus terbuka dan jujur dalam hubungan ini. Diharapkan klien berbicara secara terbuka tentang pengalaman dan perasaan mereka. Ini menciptakan suasana aman dan memungkinkan konselor memberikan bantuan yang lebih tepat dan terfokus. Dengan jujur tentang masalah yang dihadapi, klien membuka pintu untuk pemahaman yang lebih dalam dan solusi yang lebih baik.

Klien diharapkan tidak hanya mengikuti konseling secara pasif, tetapi juga berpartisipasi secara aktif dalam membahas masalah mereka, menetapkan tujuan, dan menyampaikan harapan. Partisipasi aktif klien meningkatkan pemahaman antara konselor dan klien. Klien dapat membantu konselor memahami masalah yang lebih rinci, yang memungkinkan mereka menemukan solusi yang lebih baik.

Proses konseling terdiri dari perubahan, dan klien memiliki peran yang sangat penting dalam melibatkan diri dalam proses tersebut. Klien tidak hanya harus menyadari bahwa perubahan diperlukan, tetapi juga

harus berkomitmen untuk melakukan langkah-langkah yang diperlukan untuk mencapainya. Kesediaan klien untuk terlibat aktif dalam proses ini memungkinkan konselor memberikan dukungan dan panduan yang tepat, yang menghasilkan kerja sama yang efektif antara kedua belah pihak (Arsini et al., 2023).

Menerima bahwa ada kebutuhan untuk dukungan dan bantuan sebagai klien adalah langkah pertama. Klien harus memahami bahwa mereka tidak sendirian dalam perjalanan mereka dan bahwa mereka berhak mendapatkan dukungan emosional dan solusi praktis. Klien harus terbuka dan siap menerima bantuan, meskipun konselor dapat berfungsi sebagai sumber dukungan yang penting.

Salah satu tanggung jawab klien adalah untuk berpartisipasi dalam refleksi diri dan evaluasi diri. Proses ini melibatkan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri, menemukan pola perilaku yang mungkin perlu diubah, dan menilai sejauh mana kemajuan telah dicapai selama proses konseling. Dengan berpartisipasi secara aktif dalam proses ini, klien tidak hanya memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka sendiri, tetapi mereka juga berkontribusi pada desain perumahan.

Keberhasilan bimbingan konseling bergantung pada peran penting klien dalam hubungan mereka dengan konselor. Interaksi yang saling memperkaya dan menghasilkan hasil yang baik bergantung pada prinsip-prinsip keterbukaan, partisipasi aktif, keterlibatan dalam perubahan, penerimaan dukungan, dan refleksi diri. Klien tidak hanya memperoleh manfaat maksimal dari proses konseling tetapi juga memastikan bahwa hubungan mereka dengan konselor adalah kerja sama yang berkelanjutan dan menguntungkan.

Hubungan antara konselor dan klien sangat penting untuk keberhasilan proses bimbingan konseling. Hubungan yang positif didorong oleh elemen seperti empati, keterbukaan, dan penerimaan tanpa syarat. Pengenalan, pembukaan, bantuan, perubahan, dan pengakhiran adalah tahapan perkembangan hubungan. Salah satu tugas utama konselor adalah mendengarkan aktif, memberikan dukungan

emosional, dan membantu klien memahami dan menyelesaikan masalah mereka. Di sisi lain, klien harus aktif terlibat, terbuka terhadap perubahan, dan menerima bantuan dan dukungan yang diberikan oleh konselor.

Konselor dan klien dapat bekerja sama untuk mencapai tujuan konseling dengan membangun hubungan yang kuat, saling percaya, dan penuh empati. Untuk memberikan layanan yang efektif dan bermanfaat bagi klien mereka, profesional bimbingan konseling harus memahami dinamika hubungan antara konselor dan klien karena hubungan ini mencakup mendengarkan, memahami, dan memfasilitasi pertumbuhan dan perubahan.

D. REFERENSI

Alijona, A. (2020). Peran Konselor di Era Disruption. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, *1*(1), 188–194.

Arsini, Y., Yamani, R., Saragih, S. N., & Prasatya, Y. (2023). Keterampilan Konselor Dalam Menyusun Program Manajemen Bimbingan. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling*, *1*(3), 1107–1112.

Chrysnaputra, R. D. (2020). PERANAN GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MEMOTIVASI PESERTA DIDIK SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI SMA DARUT TAQWA PASURUAN. *Jurnal Ekonomi Syariah*, *2*(1), 792669. https://padangkita.com/ini-jumlah-jamaah-umrah-

Dini, I. rahma. (2021). Bimbingan Konseling. *Universitas Negeri Padang*, *1*(1), 9.

Handoko, H. P. (2020). Layanan Bimbingan Konseling Dalam Peningkatan Motivasi Belajar Siswa SMA N 1 Kota Metro. *Jurnal Dewantara*, *9*(01), 69–84. http://ejournal.iqrometro.co.id/index.php/pendidikan/article/view/128

Haryati, A. (2020). Online Counseling Sebagai Alternatif Strategi Konselor dalam Melaksanakan Pelayanan E-Counseling di Era Industri 4.0. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *2*(2), 27–38. https://doi.org/10.51214/bocp.v2i2.33

Jannah, R., & Marjo, H. K. (2022). Etika Profesi Konselor dalam Layanan Bimbingan Konseling Virtual. *Jurnal Paedagogy*, *9*(1), 55. https://doi.org/10.33394/jp.v9i1.4556

Laia, Y., Sarumaha, M. S., & Laia, B. (2022). Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Di Sma Negeri 3 Susua Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, *2*(1), 1–12. https://doi.org/10.57094/jubikon.v2i1.367

Nursalim, M. (2020). Peran Guru Bk / Konselor Dalam Mensukseskan Program Merdeka Belajar. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2020*, *1*(1), 11–18. https://www.ojs.abkinjatim.org/index.php/ojspdabkin/article/view/81/67

BAB 5
PROSES BIMBINGAN KONSELING

A. TAHAP-TAHAP BIMBINGAN KONSELING

Dalam bimbingan konseling, hubungan antara konselor dan klien terdiri dari berbagai tahapan yang berkelanjutan, dimulai dari pengenalan hingga pengakhiran. Tujuan ini menunjukkan dinamika yang kompleks dari hubungan antara dua orang yang memiliki peran yang berbeda dalam mencapai tujuan bersama(Nursalim, 2020). Menurut Handoko (2020), Tahapan Bimbingan konseling adalah;

1. Pengenalan (Orientasi)

   Ini adalah tahap awal yang akan berfungsi sebagai dasar dari seluruh proses konseling. Konselor bertanggung jawab untuk memberikan informasi tentang proses konseling, menciptakan lingkungan yang ramah, dan membantu klien merasa nyaman. Pada tahap ini, klien seringkali merasa canggung atau ragu-ragu, dan tugas konselor adalah meredakan ketidaknyamanan tersebut.

   Untuk membangun kepercayaan, konselor harus memahami apa yang diharapkan klien selama proses konseling dan mendengarkan dengan hati-hati, menunjukkan ketertarikan, dan membangun hubungan yang menguntungkan.

2. Pembukaan (Exploration)

   Pada tahap ini, klien mulai menyelidiki masalah atau kesulitan mereka. Konselor dan klien mulai memeriksa elemen yang perlu diperhatikan, memahami sumber masalah, dan memberikan detail

yang relevan. Komunikasi terbuka dan penerimaan tanpa syarat menyebabkan hubungan berkembang.

Pada tahap ini, konselor dapat belajar lebih banyak tentang klien mereka melalui teknik konseling seperti pertanyaan terbuka, refleksi, dan klarifikasi. Ini membantu membangun hubungan pengertian yang lebih baik dan memungkinkan konselor untuk memberikan dukungan yang lebih terarah.

3. Pemberian Bantuan (Insight)

   Tahap ini berfokus pada memberikan dukungan aktif atau bantuan kepada konselor. Konselor, dengan memahami masalah klien lebih dalam, dapat memberikan wawasan dan solusi yang membantu mereka mengatasi masalah mereka. Ini dapat mencakup penggunaan metode konseling tambahan seperti interpretasi dan analisis, serta penyediaan solusi alternatif.

   Dalam peran mereka sebagai panduan, konselor membantu klien memahami arti pengalaman mereka, memperluas pemahaman mereka, dan menemukan solusi yang tepat. Hubungan yang telah terbentuk di tahap sebelumnya sangat penting untuk memberikan bantuan yang efektif, karena klien akan lebih terbuka terhadap nasihat dan bimbingan yang diberikan oleh konselor.

4. Perubahan (Action)

   Pada tahap ini, perubahan dan penerapan solusi adalah topik utama. Konselor dan klien bekerja sama untuk membuat rencana tindakan yang akan digunakan klien dalam kehidupan sehari-hari. Dalam proses ini, Anda harus membuat tujuan yang realistis, menemukan hambatan, dan membuat cara untuk mengatasi masalah.

   Untuk bekerja sama dengan baik di tahap ini, hubungan yang telah dibangun di tahap sebelumnya menjadi dasar. Konselor dapat memberikan perspektif yang bermanfaat untuk membantu klien mengubah hidup mereka, dan klien merasa didukung.

5. Pengakhiran (Termination)

   Tahap ini sangat penting saat hubungan dengan klien mencapai titik akhir, baik karena tujuan telah tercapai atau karena klien merasa siap untuk mengakhiri hubungan tanpa bantuan konseling. Klien dan konselor memikirkan perjalanan mereka bersama, menilai pencapaian tujuan, dan merencanakan tindakan berikutnya.

   Pada tahap ini, konselor juga bertanggung jawab untuk membantu klien memproses pengalaman mereka selama proses konseling, menghargai hasil, dan mendukung mereka untuk melanjutkan hidup tanpa bantuan konseling secara teratur.

Membangun hubungan antara konselor dan klien membutuhkan sejumlah langkah, dan langkah-langkah ini membentuk fondasi hubungan mereka satu sama lain. Setiap tahap, dari awal hingga akhir, menampilkan dinamika yang kompleks yang membutuhkan partisipasi dan komunikasi yang baik dari kedua belah pihak. Selama perjalanan ini, klien aktif terlibat dalam proses pengungkapan diri dan pencapaian tujuan, dan konselor bertindak sebagai panduan yang mendukung dan membimbing. Konselor dapat membangun hubungan yang kuat dengan klien mereka dengan memahami setiap tahap ini.

B. TEKNIK DAN METODE BIMBINGAN KONSELING

Bimbingan konseling menawarkan berbagai pendekatan dan pendekatan untuk membantu orang mengatasi masalah, mengembangkan diri, dan mencapai tujuan hidup mereka. Pendekatan dan pendekatan ini berfungsi sebagai landasan bagi interaksi antara konselor dan klien, membentuk kerangka kerja yang mendukung penelitian, refleksi, dan penerapan solusi. Dalam pembahasa ini akan dibahas berbagai pendekatan dan pendekatan bimbingan konseling yang digunakan oleh profesional untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan individu (Hotmauli, 2022). Menurut Aprianty & Ngalimun (2022)Teknik dan metode bimbingan konseling adalah:

1. Wawancara Konseling

   Salah satu teknik utama dalam bimbingan konseling adalah wawancara konseling. Konselor dapat mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kehidupan, pemikiran, perasaan, dan pengalaman klien melalui wawancara. Wawancara terbuka dan terstruktur adalah dua jenis wawancara. Wawancara terbuka memungkinkan klien untuk berbicara secara bebas tentang pengalaman mereka, sementara wawancara terstruktur melibatkan serangkaian pertanyaan yang telah ditetapkan sebelumnya untuk mendapatkan informasi khusus.

   Wawancara konseling membantu membangun hubungan antara konselor dan klien, menumbuhkan kepercayaan, dan mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang situasi unik yang dialami klien.

2. Observasi

   Konselor melihat perilaku klien secara langsung melalui observasi. Ini dapat mencakup melihat perilaku klien dalam konteks tertentu atau dalam situasi kehidupan sehari-hari. Observasi ini membantu konselor memahami pola perilaku, respons emosional, dan interaksi sosial klien, dan juga dapat memberikan wawasan tentang hal-hal yang dapat memengaruhi kondisi psikologis klien.

3. Konseling Kelompok

   Metode konseling kelompok melibatkan interaksi antara konselor dan sekelompok individu; peserta dapat saling mendukung, berbagi pengalaman, dan belajar satu sama lain. Konseling kelompok dapat membantu mengurangi rasa isolasi, meningkatkan keterampilan sosial, dan memberikan dukungan kolektif. Konselor membantu kelompok berinteraksi, memberikan perspektif yang tidak bias, dan membantu mencapai tujuan bersama.

4. Teknik Psikoterapi Kognitif

   Pendekatan ini berfokus pada bagaimana pikiran dan keyakinan memengaruhi perilaku dan emosi. Konselor menggunakan teknik ini dalam bimbingan konseling untuk membantu klien menemukan dan mengubah pola pikir yang mungkin berbahaya atau tidak sehat.

Metode ini menggunakan kognisi proses di mana orang memahami dan memahami informasi dan menawarkan alat untuk meningkatkan kesadaran diri dan kontrol diri.

5. Terapi Perilaku
   Terapi perilaku membantu klien menemukan perilaku yang merugikan dan membuat rencana untuk menggantinya dengan perilaku yang lebih positif. Konselor dapat memberikan dukungan positif dan umpan balik yang bermanfaat untuk mendorong perilaku yang diinginkan berubah.
6. Terapi Gestalt
   Terapi Gestalt menekankan pemahaman tentang kehidupan saat ini dan peningkatan kesadaran diri. Dalam bimbingan konseling, terapi Gestalt membantu klien mengenali dan memahami apa yang mereka lakukan, pikirkan, dan merasa saat ini. Konseling membantu klien membentuk gambaran diri yang lebih lengkap dan seimbang dengan membantu mereka mengintegrasikan aspek diri mereka yang mungkin terlupakan atau terpecah.
7. Terapi Naratif
   Membangun dan menyelidiki kisah hidup seseorang adalah bagian dari terapi naratif. Konseling membantu klien menceritakan pengalaman mereka dengan cara yang jelas dan signifikan. Metode ini memungkinkan klien untuk melihat diri mereka sebagai penulis kisah hidup mereka sendiri, yang memberi mereka rasa otoritas dan makna pada pengalaman mereka.
8. Konseling Online
   Dengan kemajuan teknologi, konsultasi online menjadi semakin populer. Konseling online membuatnya lebih mudah bagi klien dan konselor untuk berinteraksi melalui platform yang aman dan terenkripsi. Klien memiliki lebih banyak opsi dukungan dengan sesi video, panggilan suara, atau obrolan teks.
9. Konseling Berbasis Solusi
   Pendekatan berbasis solusi memprioritaskan penemuan solusi daripada penyelidikan masalah. Klien dan konselor bekerja sama

untuk menemukan kekuatan, sumber daya, dan cara mengatasi masalah. Fokus pada solusi membantu klien melihat perubahan yang baik. Ini juga membantu mereka merencanakan apa yang harus mereka lakukan untuk mencapainya.

10. Konseling Holistik

    Pendekatan holistik melihat setiap individu secara keseluruhan, mengakui bagaimana kehidupan fisik, emosional, sosial, dan spiritual seseorang berkorelasi satu sama lain. Konselor mempertimbangkan semua aspek ini ketika mereka membuat program konseling yang komprehensif, yang tidak hanya menangani masalah atau gejala tertentu, tetapi juga menyelidiki faktor-faktor yang mendasari masalah tersebut.

Teknik dan metode bimbingan konseling membuat kerangka kerja yang kuat untuk membantu individu mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Konselor dapat menggunakan berbagai pendekatan ini untuk menyesuaikan strategi yang paling sesuai dengan kebutuhan unik setiap klien. Memahami berbagai pendekatan ini juga memastikan bahwa pendekatan yang holistik dan terpadu diterapkan untuk setiap klien.

C. EVALUASI HASIL BIMBINGAN KONSELING

Tahap penting dalam proses bimbingan konseling adalah evaluasi hasil, yang bertujuan untuk mengukur kemajuan dan efektivitas intervensi yang diberikan oleh konselor kepada klien. Proses ini membantu mengidentifikasi perubahan yang telah terjadi, menilai pencapaian tujuan, dan memastikan bahwa bimbingan konseling memiliki dampak positif pada kehidupan klien (Oktaviani & Syawaluddin, 2023). Konsep dasar yang digunakan untuk mengevaluasi hasil bimbingan konseling pencapaian tujuan adalah sebagai berikut:

1. Pencapaian Tujuan

   Konselor membatu klien berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan bersama. Ini adalah bagian dari evaluasi hasil bimbingan

konseling. Tujuan ini dapat berupa peningkatan kesejahteraan emosional, kemampuan menangani konflik, atau pengembangan keterampilan interpersonal. Untuk mengetahui apakah tujuan tersebut telah dicapai, dan sejauh mana klien merasa puas dengan pencapaian tersebut, evaluasi berpusat pada pertanyaan ini.

2. Perubahan Perilaku
   Saat menilai hasil bimbingan konseling, konselor melihat apakah klien telah melakukan perubahan positif dalam kehidupan sehari-hari mereka. Perubahan ini dapat mencakup mengatasi kebiasaan buruk, meningkatkan keterampilan komunikasi, atau merespon stres dengan cara yang lebih sehat.
3. Pemahaman Diri dan Kesadaran
   Tujuan dari proses bimbingan konseling adalah untuk membantu klien menemukan dan memahami lebih dalam tentang diri mereka sendiri. Evaluasi melibatkan penilaian sejauh mana pencapaian ini terwujud.
4. Kualitas Hubungan Konselor dan Klien
   Kualitas hubungan antara konselor dan klien juga harus dievaluasi. Kesuksesan bimbingan konseling bergantung pada hubungan yang baik dan kepercayaan satu sama lain. Untuk mencapai hasil yang optimal, klien harus merasa didukung, didengar, dan terhubung dengan konselor.

Menurut Hayani et al. (2020) Langkah-langkah dalam Evaluasi Hasil Bimbingan Konseling adalah:

1. Identifikasi Tujuan Awal
   Klien dan konselor harus membahas tujuan awal bimbingan konseling sebelum memulai proses evaluasi. Tujuan SMART harus terukur, spesifik, dapat dicapai, relevan, dan berbatasan waktu. Untuk mengevaluasi keberhasilan bimbingan konseling, tujuan ini harus diidentifikasi.
2. Penggunaan Alat Evaluasi
   Untuk menilai hasil bimbingan konseling, konselor dapat menggunakan berbagai alat dan instrumen evaluasi. Ini dapat

termasuk kuesioner, wawancara, atau tes psikologis. Alat-alat ini dibuat untuk mengumpulkan data kualitatif dan kuantitatif, yang membantu mengevaluasi perubahan dan efek intervensi.

3. Pemantauan Berkala
   Evaluasi tidak hanya dilakukan sekali selama bimbingan konseling, tetapi juga dilakukan secara berkala. Ini memungkinkan konselor untuk melacak perubahan yang terjadi seiring waktu dan menyesuaikan pendekatan bimbingan konseling sesuai kebutuhan klien.
4. Feedback dari Klien
   Pengalaman dan pendapat klien sangat penting untuk mengevaluasi hasil bimbingan konseling. Konselor dapat secara terbuka meminta umpan balik tentang kepuasan klien, sejauh mana tujuan telah dicapai, dan apakah ada perubahan yang dirasakan oleh klien dalam kehidupan sehari-hari mereka.
5. Kolaborasi dalam Evaluasi
   Proses evaluasi hasil bimbingan konseling memerlukan kerja sama antara konselor dan klien. Klien harus merasa berpartisipasi secara aktif dalam menilai keberhasilan bimbingan konseling. Mereka juga harus diberitahu tentang masalah atau perubahan yang mungkin muncul.

Hasil evaluasi memberi konselor dan klien umpan balik terarah. Konselor dapat mengevaluasi seberapa efektif pendekatan yang digunakan dan melakukan perubahan jika diperlukan. Selama itu, klien memiliki pemahaman yang jelas tentang bagaimana tujuan mereka telah dicapai dan seberapa besar perubahan yang menguntungkan telah terjadi (Lesmana, 2021). Menurut Yuliastini et al. (2020) Pentingnya evaluasi hasil bimbingan konseling memberikan umpan balik terarah adalah:

1. Mengukur Kemajuan dan Pencapaian
   Evaluasi membantu mengukur kemajuan klien dan menilai apakah perubahan yang diinginkan telah dilakukan.

2. Menilai Kualitas Hubungan
   Evaluasi hasil bimbingan konseling mencakup penilaian kualitas hubungan antara konselor dan klien. Hubungan ini sangat penting untuk mendorong perubahan, dan evaluasi memastikan bahwa hubungan memberikan dukungan yang optimal.
3. Meningkatkan Efektivitas Intervensi
   Konselor dapat menilai efektivitas metode dan teknik yang digunakan dengan melakukan evaluasi hasil. Ini memungkinkan mereka untuk menyelidiki metode atau penyesuaian lain yang mungkin diperlukan agar intervensi menjadi lebih efektif.
4. Pemberian Dukungan Lanjutan
   Setelah sesi bimbingan konseling berakhir, konselor dapat menentukan apakah klien membutuhkan dukungan tambahan. Jika ditemukan masalah baru atau perubahan kehidupan yang signifikan, konselor dapat membantu klien beradaptasi dan berkembang.

Menurut Haryadi & Sanjaya (2019) Tantangan dalam mengevaluasi hasil bimbingan konseling adalah;

1. Subjektivitas
   Subjektivitas merupakan masalah utama dalam mengevaluasi hasil bimbingan konseling. Pendekatan yang hati-hati dan terfokus pada data yang terukur diperlukan karena persepsi dan pengalaman klien sangat subjektif.
2. Perubahan yang Lambat atau Tidak Terukur
   Perubahan dalam bimbingan konseling mungkin terjadi secara bertahap atau sulit untuk diukur. Perubahan internal, seperti peningkatan pemahaman diri, seringkali memerlukan evaluasi yang lebih mendalam dan hati-hati.
3. Variabilitas Individu
   Setiap orang merespons bimbingan konseling dengan cara yang berbeda, jadi evaluasi harus mempertimbangkan variabilitas individu ini, seperti perbedaan budaya, latar belakang, dan preferensi pribadi.

4. Tantangan Retensi Klien

   Jika klien tidak melibatkan diri secara aktif atau tidak melanjutkan konseling, proses evaluasi hasil mungkin mengalami kesulitan. Ini dapat menghambat akses terhadap data yang diperlukan untuk evaluasi yang menyeluruh.

Evaluasi hasil bimbingan konseling adalah bagian penting dari intervensi konseling untuk memastikan bahwa itu berdampak positif dan memenuhi kebutuhan klien. Dengan menggunakan pendekatan yang holistik, berfokus pada tujuan yang dapat diukur, dan melibatkan klien secara aktif, evaluasi ini membantu membangun dasar untuk pertumbuhan dan perkembangan berkelanjutan.

D. REFERENSI

Aprianty, R. A., & Ngalimun, N. (2022). Model Bimbingan Konseling Perkembangan Dalam Aktivitas Bermain Sebagai Strategi Pengalaman Belajar Yang Bermakna Di Sd Muhammadiyah 8 Banjarmasin. *Jurnal Terapung : Ilmu - Ilmu Sosial*, *4*(1), 68. https://doi.org/10.31602/jt.v4i1.7360

Handoko, H. P. (2020). Layanan Bimbingan Konseling Dalam Peningkatan Motivasi Belajar Siswa SMA N 1 Kota Metro. *Jurnal Dewantara*, *9*(01), 69–84. http://ejournal.iqrometro.co.id/index.php/pendidikan/article/view/128

Haryadi, R., & Sanjaya, S. (2019). Korelasi Antara Kompetensi Profesional dan Multikultural Konselor Sekolah. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, *2*(2), 124–129. https://doi.org/10.31960/ijolec.v2i2.219

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Hotmauli, M. (2022). Implementasi Teori Ginzberg dalam Bimbingan Konseling Karir. *Jurnal Cahaya Mandalika*, *3*(2), 98–104.

Lesmana, G. (2021). *Bimbingan Konseling Populasi Khusus*.

Nursalim, M. (2020). Peran Guru Bk / Konselor Dalam Mensukseskan Program Merdeka Belajar. *Prosiding Seminar & Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2020*, *1*(1), 11–18. https://www.ojs.abkinjatim.org/index.php/ojspdabkin/article/view/81/67

Oktaviani, S. N., & Syawaluddin, S. (2023). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Menguatkan Karakter Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, *2*(1), 115–119. https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.120

Yuliastini, N. K. S., Dharma Tari, I. D. A. E. P., Putra Giri, P. A. S., & Dartiningsih, M. W. (2020). Penerapan Media Bimbingan Konseling untuk Meningkatkan Keterampilan Guru BK dalam Memberikan Layanan Pendidikan Seks terhadap Peserta Didik. *International Journal of Community Service Learning*, *4*(2), 117–124. https://doi.org/10.23887/ijcsl.v4i2.25055

BAB 6
BIMBINGAN KONSELING KELOMPOK

A. PENGERTIAN DAN TUJUAN BIMBINGAN KELOMPOK

Salah satu jenis intervensi psikologis yang dikenal sebagai bimbingan kelompok melibatkan sekelompok orang yang berkumpul secara teratur di bawah bimbingan seorang profesional untuk berkumpul dan berbicara tentang berbagai masalah yang mereka hadapi dalam hidup mereka. Bimbingan kelompok tidak hanya memberikan dukungan psikologis, tetapi juga menciptakan lingkungan yang mendukung kemajuan interpersonal dan pribadi (Mardes et al., 2022).

Bantuan psikologis yang diberikan kepada sekelompok orang yang menghadapi masalah atau kesulitan yang sama atau terkait. Proses ini melibatkan interaksi antara anggota kelompok di bawah bimbingan seorang konselor atau fasilitator yang memahami dinamika kelompok.

Bimbingan kelompok berpusat pada dinamika antara anggota kelompok, interaksi sosial, dan pembentukan dukungan sosial. Anggota kelompok berbagi pengalaman, gagasan, dan dukungan satu sama lain, menciptakan lingkungan yang mendukung refleksi diri dan kemajuan individu (Yeni Karneli, 2021).

Memberikan dukungan emosional kepada anggota kelompok. Individu dapat berbagi perasaan, kekhawatiran, dan pengalaman pribadi mereka dalam lingkungan yang mendukung dan memahami. Mendapatkan dukungan emosional dari sesama anggota dan konselor juga membantu mengurangi rasa isolasi dan meningkatkan

kesejahteraan emosional. Menurut Hayani et al., (2020) Salah satu tujuan utama bimbingan kelompok adalah:

1. Pertukarasn Pengalaman dan Informasi
   Forum dibuat oleh bimbingan kelompok untuk memungkinkan anggota bertukar informasi dan pengalaman. Pertukaran informasi memberikan wawasan dan perspektif yang berbeda, yang membantu anggota kelompok mendapatkan pemahaman yang lebih luas tentang masalah yang mereka hadapi. Individu dapat belajar dari pengalaman orang lain yang mungkin menghadapi masalah atau kesulitan yang sama.
2. Peningkatan Keterampilan Sosial
   Anggota dapat meningkatkan dan mengembangkan keterampilan sosial mereka melalui interaksi sosial dalam kelompok. Bimbingan kelompok memberi anggota kesempatan untuk berlatih berkomunikasi, bekerja sama, dan memahami dinamika interaksi sosial. Peningkatan keterampilan sosial ini dapat berdampak positif pada hubungan di luar kelompok.
3. Pengembangan Pemahaman Diri
   Bimbingan kelompok membantu anggota kelompok memahami diri mereka sendiri. Ini memungkinkan mereka untuk menemukan dan mempertimbangkan aspek diri mereka yang mungkin membutuhkan pemahaman atau peningkatan. Untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang siapa mereka dan prinsip-prinsip mereka, orang dapat berpikir tentang diri mereka sendiri dan mendengarkan tentang pengalaman orang lain.
4. Pembentukan Identitas Kelompok
   Individu mendapatkan identitas sosial mereka dari keterlibatan dalam kelompok, yang membuat mereka merasa dimiliki dan terhubung dengan sesama anggota. Selain itu, pembentukan identitas kelompok dapat membantu mendapatkan dukungan tambahan, mengurangi kesepian, dan menumbuhkan rasa keanggotaan yang kuat.

5. Pemberian Umpan Balik Konstruktif
   Bimbingan kelompok memberikan kesempatan bagi anggota untuk menerima umpan balik konstruktif dari konselor dan sesama anggota kelompok, yang dapat membantu mereka mendapatkan perspektif yang berbeda tentang masalah atau kesulitan yang mereka hadapi. Umpan balik ini juga dapat membantu anggota kelompok mendapatkan wawasan baru dan menemukan area yang dapat dilakukan perubahan.
6. Pemberdayaan Individu
   Tujuan bimbingan kelompok adalah untuk memberikan dukungan kepada individu. Individu memiliki kesempatan untuk didengar, dihargai, dan diterima oleh orang lain dalam konteks kelompok. Proses ini meningkatkan kepercayaan diri dan rasa kontrol diri, memberi anggota kelompok keyakinan bahwa mereka dapat mengatasi tantangan.
7. Meningkatkan Koping dan Penanganan Stres
   Individu dalam kelompok dapat memperoleh keterampilan yang lebih baik untuk menangani stres dan mengatasi tantangan hidup dengan berbagi pengalaman dan mendengarkan pendekatan orang lain.

B. PROSES BIMBINGAN KELOMPOK

Bimbingan kelompok adalah jenis bimbingan yang dilakukan dalam kelompok. Dalam hal ini, peserta tidak hanya mendapatkan bantuan dari seorang fasilitator atau konselor, tetapi juga dapat berinteraksi dan berbagi pengalaman dengan orang lain dalam kelompok. Bimbingan kelompok adalah proses yang terdiri dari berbagai langkah yang dimaksudkan untuk membantu peserta memahami diri mereka sendiri, meningkatkan keterampilan interpersonal, dan mencapai tujuan tertentu (Sari, 2020). Proses bimbingan kelompok, termasuk pemilihan anggota, penyusunan tujuan, penyelenggaraan sesi, evaluasi, dan pengembangan, digambarkan di sini.

1. Memilih Anggota Grup
   Pemilihan anggota kelompok yang tepat adalah langkah pertama dalam proses bimbingan kelompok. Untuk meningkatkan efektivitas bimbingan kelompok, konselor atau fasilitator harus mempertimbangkan tujuan dan kebutuhan kelompok, serta karakteristik peserta yang paling cocok untuk mencapai tujuan tersebut.
2. Membuat Tujuan Kelompok
   Setelah memilih anggota kelompok, langkah selanjutnya adalah membuat tujuan yang jelas dan dapat diukur untuk kelompok. Tujuan ini dapat mencakup meningkatkan keterampilan sosial, meningkatkan pemahaman diri, atau memecahkan masalah tertentu. Membuat tujuan yang jelas membantu mengarahkan sesi bimbingan kelompok.
3. Sesi Instruksi Kelompok
   Sesi bimbingan kelompok berlangsung pada jadwal yang telah ditentukan. Konselor atau fasilitator berfungsi sebagai pemimpin kelompok, memberikan arahan, dan membantu peserta mencapai tujuan mereka. Permainan peran, latihan kepercayaan diri, dan diskusi kelompok adalah beberapa cara untuk mengajar kelompok.
4. Memungkinkan Komunikasi dan Interaksi
   Untuk memastikan keamanan dan keseimbangan dalam interaksi, fasilitator bertanggung jawab untuk memantau dinamika kelompok dan mendorong peserta untuk berbagi pengalaman, mendengarkan dengan empati, dan memberikan umpan balik konstruktif.
5. Manajemen Konflik
   Konflik mungkin muncul dalam bimbingan kelompok. Penyelesaian konflik adalah komponen penting dari bimbingan kelompok. Seorang fasilitator harus memiliki kemampuan untuk menemukan, mengendalikan, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang mendorong pemahaman dan kemajuan.

6. Evaluasi Kemajuan dan Proses
   Untuk memastikan bahwa bimbingan kelompok berfungsi dengan baik, evaluasi berkala terhadap proses dan kemajuan peserta termasuk peninjauan tujuan, refleksi atas pengalaman, dan penyesuaian rencana jika diperlukan. Evaluasi juga dapat membantu peserta memahami apa yang mereka capai dan memberikan umpan balik yang konstruktif.
7. Peningkatan Diri dan Tindak Lanjut
   Setelah beberapa sesi bimbingan kelompok selesai, tindak lanjut sangat penting. Untuk memastikan bahwa pembelajaran dan kemajuan yang dicapai dalam kelompok dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, peserta dapat diberikan sumber daya tambahan, saran, atau tindak lanjut individual.

Bimbingan kelompok bukan hanya serangkaian pertemuan; itu adalah perjalanan pengembangan diri yang melibatkan kerja sama antara anggota kelompok, fasilitator, dan proses pembelajaran yang terorganisir. Bimbingan kelompok dapat menjadi sarana yang berguna untuk memberikan dukungan sosial yang positif dan membantu seseorang tumbuh secara pribadi.

C. KELEBIHAN DAN TANTANGAN DALAM BIMBINGAN KELOMPOK

Bimbingan kelompok adalah metode bimbingan yang melibatkan beberapa orang dalam satu sesi bimbingan. Metode ini memiliki keuntungan dan kekurangan, yang harus dibahas di sini. Menurut Potabuga (2020)Konseling Kelompok memiliki banyak kelebihan antara lain:

1. Hemat waktu
   Bimbingan kelompok mungkin lebih hemat waktu dan sumber daya daripada bimbingan individu. Proses ini memungkinkan konselor membantu lebih banyak orang sekaligus karena melibatkan banyak orang dalam satu sesi.

2. Dukungan Sosial
   Anggota kelompok membantu satu sama lain dengan menciptakan lingkungan yang memberdayakan; ini dapat membantu mengurangi isolasi dan meningkatkan kesejahteraan emosional.
3. Pengembangan Keterampilan Sosial
   Individu dapat mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk berinteraksi dengan orang lain, seperti berkomunikasi, mendengarkan, dan memberikan dukungan. Ini dapat dicapai melalui berinteraksi dalam kelompok.
4. Pendekatan Holistik
   Bimbingan kelompok mendukung pendekatan holistik untuk menangani masalah individu. Konselor dapat melihat masalah seseorang dalam konteks kelompok dan memahami bagaimana dinamika kelompok memengaruhi perkembangan seseorang.
5. Pembentukan Identitas Sosial
   Seseorang dapat merasakan pembentukan identitas sosial ketika mereka berpartisipasi dalam kelompok. Berpartisipasi dalam kelompok ini dapat memberi mereka perasaan keanggotaan, yang dapat membantu mereka mengurangi rasa kesepian.

Bimbingan kelompok adalah suatu bentuk pendekatan bimbingan yang melibatkan beberapa individu dalam satu sesi bimbingan. Proses ini menawarkan kelebihan dan tantangan tertentu yang perlu dipertimbangkan. Dalam konteks ini, akan dibahas kelebihan dan tantangan dalam bimbingan kelompok. Meskipun memiliki banyak kelebihan. Menurut Ardi & Ifdil (2013) konseling kelompok juga punya banyak kelemahan antara lain:

1. Ketidaknyamanan diawal
   Beberapa anggota mungkin merasa tidak nyaman berbicara tentang pengalaman mereka di depan kelompok. Membangun rasa nyaman dan percaya diri dapat memerlukan waktu.

2. Dominasi Kelompok
   Beberapa anggota mungkin mendominasi kelompok, sehingga yang lain tidak memiliki kesempatan untuk berbicara. Fasilitator harus memastikan partisipasi yang merata.
3. Kesulitan Mengatasi Konflik
   Dinamika kelompok dapat menyebabkan konflik antar individu. Fasilitator harus memiliki kemampuan untuk mengatasi konflik secara konstruktif dan membantu pertumbuhan kelompok.
4. Kesulitan Menjaga Fokus
   Jika kelompok tidak dapat tetap fokus pada tujuan dan topik yang telah ditetapkan, mereka dapat menjadi kurang efektif. Salah satu tanggung jawab fasilitator adalah mengarahkan kelompok menuju pencapaian tujuan.
5. Resistensi terhadap Umpan Balik
   Beberapa anggota mungkin menghadapi kesulitan menerima umpan balik konstruktif. Fasilitator harus membantu anggota mengatasi kesulitan ini dan melihat umpan balik sebagai peluang untuk berkembang.

Bimbingan kelompok adalah metode yang kuat untuk membantu orang mengatasi masalah dan berkembang. Di bawah bimbingan seorang konselor, individu dapat memperoleh dukungan emosional, meningkatkan keterampilan sosial, dan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang siapa mereka. Bimbingan kelompok mendorong pertumbuhan individu dan kolektif. Bimbingan kelompok adalah alat yang bermanfaat untuk pembangunan kesejahteraan psikologis dan sosial, meskipun ada tantangan.

D. REFERENSI

Ardi, Z., & Ifdil, I. (2013). Konseling Online Sebagai Salah Satu Bentuk Pelayanan E-konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *1*(1), 15–22.

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Mardes, S., Khadijah, K., & Arlizon, R. (2022). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Era New Normal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, *4*(1), 569–575.

Potabuga, Y. F. (2020). Pendekatan Realitas dan Solution Focused Brief Therapy dalam Bimbingan Konseling Islam. *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, *9*(1), 40–55.

Sari, G. A. (2020). Guru Bimbingan Konseling Dalam Fungsi Pada Kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh Dari Rumah. *Jurnal IKA PGSD (Ikatan Alumni PGSD) UNARS*, *8*(2), 452. https://doi.org/10.36841/pgsdunars.v8i2.847

Yeni Karneli, A. K. S. P. (2021). Pelayanan Profesional Guru Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir Kesalahpahaman Tentang Bimbingan Konseling Di Sekolah. *Journal Of Education And Teaching Learning (JETL)*, *3*(1), 36–49. https://doi.org/10.51178/jetl.v3i1.117

BAB 7
BIMBINGAN KONSELING REMAJA

A. PENGERTIAN DAN TUJUAN BIMBINGAN KONSELING UNTUK REMAJA

Bimbingan konseling untuk remaja adalah metode yang berpusat pada perubahan dan perkembangan individu selama masa remaja. Remaja adalah fase penting dalam hidup seseorang di mana mereka mengalami transformasi fisik, emosional, sosial, dan kognitif. Bimbingan konseling saat ini berfokus pada membantu remaja mengatasi tantangan, mengeksplorasi identitas mereka, dan memperoleh keterampilan dan pemahaman yang diperlukan untuk menghadapi dunia yang kompleks (Lestari, 2020).

Bimbingan konseling untuk remaja adalah suatu proses pendidikan yang melibatkan seorang konselor dan remaja dengan tujuan membantu mereka memahami diri mereka sendiri, meningkatkan keterampilan interpersonal mereka, mengatasi masalah, dan membuat keputusan yang tepat. Bimbingan konseling untuk remaja tidak hanya berfokus pada menyelesaikan masalah, tetapi juga membangun potensi yang luar biasa bagi remaja tersebut (Mardes et al., 2022).

Dalam pendekatan ini, konseling dilihat tidak hanya sebagai proses intervensi ketika remaja menghadapi masalah, tetapi juga sebagai cara untuk mencegah dan mendidik potensi yang dimiliki remaja. Pendekatan ini mengakui bahwa remaja bukan hanya orang yang menghadapi masalah, tetapi juga orang yang memiliki kebutuhan untuk

tumbuh dan berkembang dengan cara terbaik. Menurut (Yeni Karneli, 2021) tujuan konseling remaja adalah;

1. Mengembangkan Pemahaman Diri
   Salah satu tujuan utama bimbingan konseling untuk remaja adalah membantu mereka memahami diri mereka dengan lebih baik. Proses ini memungkinkan remaja untuk mengeksplorasi bakat, minat, nilai, dan aspirasi mereka, dan membantu mereka mengembangkan identitas diri mereka.
2. Meningkatkan Keterampilan Interpersonal
   Bimbingan konseling membantu remaja belajar berinteraksi dengan orang lain, membangun hubungan yang baik, dan berkontribusi pada lingkungan sosial mereka.
3. Mengatasi Masalah dan Tantangan
   Bimbingan konseling bertujuan untuk membantu remaja mengatasi masalah, baik itu akademis, konflik interpersonal, atau masalah emosional.
4. Pembinaan Karir
   Masa remaja juga merupakan masa penting dalam menentukan pilihan karir. Bimbingan konseling membantu remaja mengidentifikasi minat, bakat, dan pilihan karir yang sesuai dengan potensi mereka.
5. Pencegahan Perilaku Negatif
   Bimbingan konseling membantu remaja menghindari perilaku negatif seperti penggunaan narkoba, menyimpang, dan kecanduan lainnya. Dengan memberikan remaja pemahaman yang kuat tentang dampak perilaku negatif, mereka dapat lebih baik memahami konsekuensinya.
6. Peningkatan Kemandirian
   Bimbingan konseling membantu remaja menjadi lebih mandiri dan bertanggung jawab. Ini termasuk mengajarkan mereka bagaimana membuat keputusan, mengelola waktu, dan mengambil tanggung jawab atas tindakan mereka sendiri.

7. Mengendalikan Stres

   Tekanan akademik, hubungan sosial, dan perubahan fisik adalah semua faktor yang sering menyebabkan tingkat stres yang tinggi selama masa remaja. Remaja mendapat bantuan dalam mengelola stres dengan cara yang sehat dengan bimbingan konseling.
8. Meningkatkan Kualitas Hidup

   Tujuan utama bimbingan konseling remaja adalah untuk meningkatkan kualitas hidup mereka, yang mencakup hal-hal seperti kebahagiaan, kepuasan diri, dan kesejahteraan secara keseluruhan.

Bimbingan konseling remaja oleh karena itu lebih dari sekedar membantu ketika ada masalah; itu juga membantu menjadi individu yang kokoh secara sosial, emosional, dan akademis. Metode ini mengakui bahwa mendukung remaja sangat penting saat mereka menghadapi perubahan dan tuntutan yang muncul selama fase perkembangan mereka.

B. PERMASALAHAN KHUSUS REMAJA DAN SOLUSINYA

Remaja adalah periode transformasi yang melibatkan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Remaja seringkali menghadapi berbagai masalah khusus di tengah-tengah dinamika perkembangan ini, yang memerlukan perhatian dan pemecahan yang tepat. Dalam bagian ini akan dikaji beberapa masalah yang dihadapi remaja secara khusus dan menemukan solusi yang dapat membantu mereka mengatasi masalah mereka (Mulyati & Kamaruddin, 2020). Remaja memiliki masalah yang khusus antara lain:

1. Masalah dan Konflik Identitas

   Pencarian identitas diri adalah masalah utama yang sering dihadapi remaja. Dalam proses mengeksplorasi minat, nilai, dan tujuan hidup mereka, remaja mungkin merasa bingung atau tidak yakin tentang siapa mereka sebenarnya.

   Memberikan dukungan kepada remaja selama proses pencarian identitas mereka sangat penting. Bantuan dari keluarga, program

bimbingan konseling di sekolah, dan kegiatan ekstrakurikuler yang memungkinkan remaja mengeksplorasi minat mereka dapat membantu dalam proses ini.

2. Kondisi Kesehatan Mental

   Kesehatan mental remaja sering kali menjadi fokus utama perhatian. Masalah seperti kecemasan, depresi, dan gangguan makan dapat disebabkan oleh tekanan sosial, beban akademik, dan perubahan hormonal.

   Meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental di kalangan remaja dan membuat sumber daya kesehatan mental lebih mudah diakses adalah langkah penting. Keluarga dan sekolah harus bekerja sama untuk membuat lingkungan yang mendukung dan mendorong kesehatan mental remaja. Selain itu, program konseling sekolah dapat memberikan dukungan yang signifikan.

3. Problem Kecanduan dan Penyalahgunaan Substansi

   Risiko kecanduan dan penyalahgunaan zat, seperti narkoba, alkohol, atau perilaku adiktif lainnya, dapat memengaruhi perkembangan remaja. Ini adalah masalah besar yang dihadapi remaja.

   Mengambil pendekatan holistik untuk mencegah kecanduan dan penyalahgunaan zat dapat membantu remaja menghindari risiko penyalahgunaan zat. Pendidikan yang baik tentang bahaya kecanduan, dukungan keluarga, dan pilihan hiburan dan kegiatan positif adalah semua cara yang dapat membantu mencegah kecanduan.

4. Masalah Akademis

   Remaja dapat mengalami stres dan kecemasan karena tekanan akademik yang tinggi. Beberapa mungkin kesulitan menyesuaikan diri dengan tuntutan kurikulum atau merasa terbebani oleh ekspektasi yang tinggi.

   Remaja dapat memanfaatkan dukungan guru, program tutor, dan pembinaan akademik. Sangat penting untuk memberi tahu

orang bahwa keberhasilan tidak hanya diukur dari nilai akademik, tetapi juga dari perkembangan pribadi dan keterampilan tambahan.

5. Isu Hubungan Sosial

   Hubungan sosial dapat mengalami masalah karena perubahan sosial yang terjadi saat remaja. Sumber stres yang signifikan termasuk tekanan dari orang lain, konflik dengan orang lain, dan masalah percintaan.

   Kemampuan sosial seperti komunikasi yang baik dan penyelesaian konflik dapat membantu remaja mengelola hubungan sosial mereka. Sekolah dapat menawarkan dukungan keluarga dan program pelatihan keterampilan sosial.

6. Masalah dengan Kecanduan Teknologi

   Penggunaan teknologi yang meningkat, seperti ponsel pintar dan media sosial, telah menyebabkan masalah kecanduan teknologi di kalangan remaja. Kecanduan ini dapat memengaruhi tidur, kesehatan mental, dan interaksi sosial langsung.

   Mengajarkan remaja cara menggunakan teknologi dengan cara yang sehat dan bertanggung jawab, serta mendukung kegiatan luar ruangan dan interaksi sosial, dapat membantu mereka mengatasi kecanduan teknologi.

7. Masalah yang berkaitan dengan Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi

   Remaja seringkali menghadapi kesulitan dalam memahami dan mengelola aspek seksualitas mereka. Pemahaman yang buruk tentang kesehatan reproduksi dan perilaku seksual yang tidak aman dapat menyebabkan masalah kesehatan yang signifikan.

   Untuk membantu remaja membuat keputusan yang informasional dan bertanggung jawab tentang seksualitas mereka, keluarga, sekolah, dan masyarakat harus bekerja sama untuk memberikan pendidikan seks yang komprehensif dan akurat.

Untuk menangani masalah remaja yang unik, diperlukan pendekatan menyeluruh yang melibatkan banyak pihak, seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat. Edukasi, dukungan emosional, dan

pengembangan keterampilan adalah kunci untuk membantu remaja mengatasi tantangan dan membangun masa depan yang lebih baik. Dengan memberikan perhatian yang tepat pada masalah ini, kita dapat membantu remaja menjadi orang yang seimbang, mandiri, dan siap menghadapi tuntutan kehidupan yang kompleks.

C. PERAN ORANG TUA DALAM BIMBINGAN REMAJA

Bimbingan remaja adalah tahap penting dalam perkembangannya di mana seseorang mulai menyelidiki identitasnya, prinsip-prinsip, dan tujuan hidupnya (Sugiarto, S., Neviyarni, S., & Firman, 2021). Orang tua sangat penting dalam proses ini karena mereka bertanggung jawab untuk membimbing anak-anak mereka menghadapi kesulitan dan perubahan yang muncul selama masa remaja. Pada bagian ini akan membahas peran orang tua dalam membimbing remaja secara menyeluruh dan menyoroti elemen penting seperti pengembangan keterampilan sosial, dukungan emosional, pendidikan nilai, dan komunikasi. Menurut Dapa & Mangantes (2021) Peran orang tua dalam membimbing remaja adalah:

1. Komunikasi yang Efektif
   Menciptakan saluran komunikasi yang terbuka dan sehat adalah peran utama orang tua dalam membimbing remaja mereka. Orang tua dapat lebih memahami perasaan, pemikiran, dan kebutuhan anak-anak mereka melalui komunikasi yang efektif. Orang tua harus terlibat dalam percakapan terbuka tanpa menghakimi, sehingga remaja merasa nyaman untuk berbagi pengalaman dan kesulitan mereka. Dengan membangun hubungan yang kuat melalui komunikasi, orang tua dapat membantu anak-anak mereka lebih baik dalam membuat keputusan penting dan menangani masalah.
2. Pendidikan Nilai dan Etika
   Orang tua memiliki tanggung jawab untuk mengajarkan nilai dan etika kepada anak-anak mereka. Pada masa remaja, orang tua sering kali mulai mencari identitas moral dan mencoba memahami nilai-

nilai apa yang mereka anut. Dengan memberikan panduan yang kuat, orang tua dapat membangun dasar moral yang kokoh bagi anak-anak mereka. Pendidikan nilai ini mengajarkan nilai-nilai seperti toleransi, integritas, tanggung jawab, dan empati, yang membantu remaja membuat keputusan yang berdasarkan prinsip.

3. Dukungan Emosional
   Orang tua sangat penting untuk memberikan dukungan emosional saat remaja menjadi pilar keamanan dan kesejahteraan psikologis. Orang tua harus menjadi pendengar yang baik, memahami perasaan remaja tanpa menghakimi, dan memberikan dukungan moral. Remaja dapat mengatasi stres, kecemasan, dan tekanan sosial dengan bantuan orang tua mereka. Orang tua juga dapat memberikan dukungan emosional yang berkelanjutan, yang sangat penting untuk perkembangan mereka.
4. Pengembangan Keterampilan
   Bimbingan remaja juga termasuk membangun keterampilan sosial yang diperlukan untuk hidup mandiri. Orang tua dapat membantu anak-anak belajar bersosialisasi, berbicara, dan memecahkan masalah. Remaja belajar bagaimana beradaptasi dengan berbagai situasi sosial, membangun hubungan yang baik, dan mengatasi konflik melalui interaksi sosial yang sehat dalam dan di luar keluarga. Di masa depan, keterampilan ini akan sangat penting untuk berhasil dalam kehidupan sehari-hari dan karier.
5. Menjadi Teladan yang Baik
   Orang tua memberi bimbingan kepada anak-anak mereka tidak hanya dengan kata-kata, tetapi juga dengan tindakan sehari-hari. Oleh karena itu, orang tua harus memperhatikan perilaku anak-anak mereka, menunjukkan nilai-nilai positif, dan mendorong mereka untuk meniru hal-hal baik dalam kehidupan sehari-hari.
6. Pemantauan Aktivitas
   Mengawasi Perkembangan dan Keamanan Remaja Orang tua juga bertanggung jawab untuk mengawasi aktivitas remaja mereka, baik di dunia nyata maupun di internet, termasuk pengawasan

pergaulan, kegiatan sekolah, hobi, dan penggunaan teknologi. Orang tua dapat memberikan bantuan atau bimbingan yang tepat waktu dengan memantau anak mereka dengan hati-hati untuk mengetahui masalah atau risiko yang mungkin mereka hadapi.

Peran orang tua dalam membimbing remaja sangat beragam dan kompleks, termasuk komunikasi, pendidikan nilai, dukungan emosional, pengembangan keterampilan sosial, model peran, dan pengawasan aktivitas. Orang tua dapat memainkan peran yang sangat penting dalam membimbing remaja menuju kedewasaan dengan nilai-nilai positif, kesejahteraan emosional, dan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi tantangan di masa depan. Mereka dapat melakukan ini dengan berpartisipasi secara aktif dan menggunakan pendekatan yang bijak.

D. REFERENSI

Dapa, A. N., & Mangantes, M. L. (2021). *Bimbingan Konseling Anak Berkebutuhan Khusus*. Deepublish.

Lestari, M. A. (2020). *Bimbingan Konseling Di SD (Mendampingi Siswa Meraih Mimpi)*. Deepublish.

Mardes, S., Khadijah, K., & Arlizon, R. (2022). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Era New Normal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, *4*(1), 569–575.

Mulyati, S., & Kamaruddin, K. (2020). Peran Guru dalam Pelaksanaan Bimbingan Konseling. *Al-Liqo: Jurnal Pendidikan Islam*, *5*(02), 172–184. https://doi.org/10.46963/alliqo.v5i02.241

Sugiarto, S., Neviyarni, S., & Firman, F. (2021). Peran Penting Sarana dan Prasarana Dalam Pembelajaran Bimbingan Konseling di Sekolah. *JPT: Jurnal Pendidikan Tematik*, *2*(1), 60-66. https://www.siducat.org/index.php/jpt/article/view/223

Yeni Karneli, A. K. S. P. (2021). Pelayanan Profesional Guru Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir Kesalahpahaman Tentang

Bimbingan Konseling Di Sekolah. *Journal Of Education And Teaching Learning (JETL)*, *3*(1), 36–49. https://doi.org/10.51178/jetl.v3i1.117

BAB 8
BIMBINGAN KONSELING KELUARGA

A. PENTINGNYA BIMBINGAN KONSELING KELUARGA

Untuk menjaga kesehatan mental dan keharmonisan keluarga, bimbingan konseling keluarga sangat penting. Keluarga dianggap sebagai bagian penting dari masyarakat, dan menjaga keseimbangan di dalamnya sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal bagi setiap anggota keluarga, terutama anak-anak (Sari, 2020). Bimbingan konseling keluarga dalam hal ini bukan hanya cara untuk menyelesaikan masalah, tetapi juga cara proaktif untuk membangun fondasi yang kuat untuk kebahagiaan keluarga. Ini akan membahas pentingnya bimbingan konseling keluarga dari berbagai sudut pandang, mulai dari meningkatkan komunikasi hingga menyelesaikan konflik interpersonal. Menurut Hayani et al. (2020) Bimbingan konseling keluarga penting karena:

1. Meningkatkan Komunikasi Efektif dalam Keluarga

   Salah satu komponen penting dari bimbingan konseling keluarga adalah meningkatkan komunikasi efektif di antara anggota keluarga. Komunikasi yang baik memungkinkan pemahaman yang lebih baik, penghargaan yang lebih besar, dan ikatan keluarga yang kuat. Konselor keluarga membantu anggota keluarga memahami cara berkomunikasi dengan cara yang sehat, mengatasi konflik, dan menawarkan metode untuk membangun diskusi yang bermanfaat.

Keluarga dapat memahami dan memecahkan masalah dengan berkomunikasi dengan baik.

2. Mengatasi Konflik dan Tantangan Keluarga
   Konflik dan tantangan pasti ada dalam setiap keluarga. Bimbingan konseling keluarga membantu keluarga menemukan masalah utama, memahami cara konflik terjadi, dan menemukan cara konstruktif untuk menyelesaikannya. Dengan memberikan perspektif yang objektif, konselor membantu keluarga memahami perspektif masing-masing, dan menciptakan solusi yang sesuai dengan kebutuhan dan prinsip keluarga. Konflik dapat dicegah lebih jauh dan merusak hubungan jangka panjang.
3. Menciptakan keseimbangan dan kesejahteraan psikologis
   Keluarga yang harmonis mendukung kesejahteraan psikologis setiap keluarga. Bimbingan konseling keluarga membantu keluarga mengimbangi tanggung jawab, kebutuhan individu, dan kebutuhan keluarga yang lebih besar. Konseling membantu memahami peran masing-masing anggota keluarga, merencanakan waktu bersama, dan membuat kebiasaan sehat. Keseimbangan ini memberikan dasar yang kokoh untuk pertumbuhan yang baik dan kebahagiaan keluarga.
4. Pendidikan Nilai dan Pembentukan Karakter
   Bimbingan konseling keluarga juga membantu anggota keluarga belajar nilai dan karakter. Nilai-nilai keluarga menjadi dasar moral dan etika anak-anak. Konselor keluarga membantu orang tua menemukan nilai-nilai apa yang mereka ingin tanamkan dalam keluarga mereka dan menawarkan cara terbaik untuk menyebarkan nilai-nilai tersebut. Keluarga dapat mendidik nilai yang kuat untuk membentuk karakter anak-anak mereka dan mempersiapkan mereka untuk hidup di dunia dengan hormat dan tanggung jawab.
5. Mengatasi Perubahan Hidup dan Tantangan Fase Transisi
   Setiap fase kehidupan membawa tantangan dan perubahan. Bimbingan konseling keluarga membantu keluarga menghadapi masa-masa transisi seperti pernikahan, memiliki anak, remaja, dan

pensiun. Selama periode-periode ini, konselor memberikan dukungan dan panduan, membantu keluarga untuk beradaptasi dan mengelola perubahan dengan baik. Dengan berhati-hati menghadapi perubahan dalam hidup, Anda dapat mengurangi ketegangan dan memastikan bahwa keluarga Anda tetap terhubung saat semua berubah.

6. Meningkatkan Kemampuan Berkomunikasi Antara Anggota Keluarga

   Bimbingan konseling keluarga juga berfokus pada meningkatkan kemampuan untuk berkomunikasi dengan anggota keluarga lainnya. Konselor membantu keluarga memahami cara masing-masing anggota keluarga berkomunikasi dan menawarkan latihan dan pendekatan untuk meningkatkan kemampuan mereka untuk berkomunikasi dengan orang lain. Mendengarkan dengan empati, berbicara dengan jelas, dan menyelesaikan konflik dengan konstruktif adalah semua keterampilan ini. Keluarga dapat membangun hubungan yang lebih intim dan saling mendukung dengan belajar berkomunikasi dengan lebih baik.
7. Mendukung Perkembangan dan Perkembangan Anak-anak

   Bimbingan konseling keluarga sangat penting untuk mendukung perkembangan anak-anak. Konselor membantu orang tua memahami tahap perkembangan anak-anak mereka, memberi tahu mereka apa yang mereka butuhkan, dan menawarkan rencana untuk mendukung pertumbuhan yang positif. Keluarga dapat membantu anak-anak mencapai potensi terbaik mereka dengan memberikan lingkungan yang mendukung eksplorasi dan belajar.
8. Mengelola Stres dan Tekanan Keluarga

   Berbagai sumber stres dan tekanan seringkali datang dari keluarga. Ini mungkin termasuk masalah pekerjaan, masalah keuangan, atau masalah kesehatan. Konseling keluarga membantu keluarga mengelola stres dan tekanan dengan cara yang sehat. Konselor mengajarkan cara untuk meningkatkan ketahanan keluarga, mengajarkan cara untuk relaksasi, dan membantu keluarga

membuat rencana bersama untuk mengatasi tekanan. Keluarga dapat mempertahankan keseimbangan dan kekuatan di tengah tekanan hidup dengan mengelola stres mereka dengan baik.

9. Meningkatkan Kesadaran Diri dan Empati Keluarga
   Bimbingan konseling keluarga juga melibatkan meningkatkan kesadaran diri dan empati keluarga. Konseling keluarga membantu anggota keluarga untuk lebih memahami diri mereka sendiri dan satu sama lain. Dengan meningkatkan kesadaran diri, anggota keluarga dapat lebih baik mengelola emosi mereka dan berkontribusi pada keharmonisan keluarga. Empati diperkuat dengan membuat keluarga merasa didengar dan dipahami.
10. Mempersiapkan Generasi Mendatang
    Bimbingan konseling keluarga membantu keluarga mempersiapkan masa depan dengan cara yang lebih baik. Keluarga dapat membangun budaya yang bertahan lama melalui pembelajaran, pemahaman, dan penerapan pendekatan yang diajarkan oleh konselor. Dimungkinkan untuk mewariskan prinsip, kemampuan, dan cara berkomunikasi yang baik kepada generasi berikutnya, yang dapat berdampak positif pada masyarakat secara keseluruhan.

Bimbingan konseling keluarga sangat penting. Keluarga seringkali memerlukan bimbingan dan dukungan dalam menghadapi kompleksitas kehidupan modern untuk menjaga keseimbangan, meningkatkan komunikasi, mengatasi konflik, dan menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan kesejahteraan anggota keluarga. Bimbingan konseling keluarga membantu kebahagiaan dan stabilitas keluarga lebih dari hanya menyelesaikan masalah. Dengan memahami betapa pentingnya bimbingan konseling keluarga, masyarakat dapat mengakui bahwa ini adalah tindakan bukan hanya untuk menangani krisis tetapi juga untuk merencanakan masa depan yang lebih baik dengan membangun fondasi yang kuat.

B. TEKNIK DAN PENDEKATAN DALAM BIMBINGAN KELUARGA

Bimbingan keluarga adalah pendekatan yang komprehensif untuk membantu keluarga mencapai kesejahteraan holistik, mengatasi masalah, dan meningkatkan komunikasi. Profesional bimbingan keluarga menggunakan berbagai pendekatan untuk membantu anggota keluarga meresapi peran mereka, memperkuat hubungan, dan mengatasi konflik. Berbagai pendekatan untuk membimbing keluarga membantu dalam membangun keluarga yang sehat dan harmonis Jannah & Marjo, (2022). Ada beberapa pendekatan dalam bimbingan keluarga, antara lain;

1. Pendekatan Sistemik

   Ini mempelajari dinamika keluarga secara keseluruhan. Pendekatan ini menekankan gagasan bahwa keluarga adalah suatu sistem yang terdiri dari bagian-bagian yang saling terkait. Metode ini mencakup:

   a. Analisis Struktural Keluarga

      Konselor membantu keluarga menemukan struktur yang mencakup peran, aturan, dan pola komunikasi. Pemahaman yang mendalam tentang dinamika ini dapat membantu meningkatkan keseimbangan.

   b. Terapi Genogram

      Konselor dapat menggunakan genogram untuk melihat riwayat keluarga. Ini membantu menemukan pola perilaku, konflik, dan sumber ketegangan yang mungkin berasal dari generasi sebelumnya.

   c. Pertanyaan Sirkular

      Pertanyaan sirkular membantu konselor memahami cara anggota keluarga melihat dan mempengaruhi satu sama lain. Ini memungkinkan diskusi yang mendalam tentang pandangan dan pengalaman masing-masing anggota keluarga.

   d. Intervensi Berbasis Sistem

      Konselor lebih suka melakukan intervensi yang mencakup seluruh keluarga, bukan hanya satu anggota. Ini karena

perubahan pada satu anggota keluarga dapat berdampak pada seluruh sistem.

2. Terapi Keluarga

   Terapi keluarga membangun hubungan yang Kuat dan sehat. Terapi keluarga berfokus pada meningkatkan pemahaman dan hubungan yang lebih baik di antara anggota keluarga. Menurut Laia et al. (2022) Beberapa pendekatan untuk terapi keluarga termasuk:

   a. Sesi Kelompok

      Dalam terapi keluarga, sesi kelompok biasanya dilakukan. Sesi ini memungkinkan anggota keluarga untuk berbicara satu sama lain dan mendengarkan satu sama lain di bawah bimbingan seorang konselor. Ini memberikan kesempatan bagi anggota keluarga untuk berbagi pikiran dan pengalaman mereka.

   b. Terapi Struktural

      Jenis terapi ini berfokus pada struktur internal keluarga, seperti peran dan aturan. Konselor membantu keluarga merestrukturisasi dinamika untuk mencapai keseimbangan yang lebih baik.

   c. Pendekatan Ekspresif

      Ini membantu mengatasi hambatan komunikasi dengan membantu anggota keluarga menyampaikan perasaan mereka melalui seni, permainan peran, atau kegiatan kreatif.

   d. Pendekatan Terapeutik Kognitif

      Pendekatan ini berfokus pada perubahan pola pikir dan keyakinan yang menyebabkan konflik dalam keluarga. Konselor membantu anggota keluarga memahami dan mengubah pola pikir yang mungkin menyebabkan konflik.

3. Pendekatan Kognitif Perilaku

   Merubah perilaku negatif menjadi positif adalah inti dari pendekatan kognitif perilaku. Dalam bimbingan keluarga, pendekatan ini bertujuan untuk mengubah pola perilaku yang tidak diinginkan. Menurut (Alijona, 2020) Beberapa metode yang digunakan dalam pendekatan ini adalah:

a. Penguatan Positif
   Mencari dan mendorong perilaku positif keluarga. Ini dapat mencakup memberikan pujian, penghargaan, atau imbalan positif untuk mendorong perubahan.
b. Latihan Peran
   Untuk membantu anggota keluarga memahami bagaimana perilaku mereka berdampak pada orang lain, permainan peran atau simulasi situasi dapat membantu.
c. Teknik Desensitisasi Sistematis
   Teknik ini digunakan oleh konselor untuk mengurangi sensitivitas terhadap stimulus tertentu untuk mengatasi ketakutan atau kecemasan yang dapat memengaruhi perilaku.
d. Pencatatan Perilaku
   Sarankan keluarga untuk menulis tentang bagaimana mereka berperilaku untuk meningkatkan kesadaran akan pola perilaku yang mungkin perlu diubah.

4. Pendekatan Humanistik
   Memahami Nilai dan Pengalaman Individu: Pendekatan humanistik dalam bimbingan keluarga menekankan betapa pentingnya menghargai nilai, tujuan, dan pengalaman unik setiap orang. Menurut Ajhari et al., (2023) Metode ini mencakup:
   a. Refleksi Empati
      Konselor menggunakan refleksi dan empati untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang perasaan dan pengalaman individu di dalam keluarga.
   b. Fokus pada Pertumbuhan Pribadi
      Memotivasi anggota keluarga untuk menentukan tujuan dan impian mereka sendiri dan memberikan dukungan untuk kemajuan pribadi setiap orang.
   c. Pendekatan Holistik
      Ini mencakup penggunaan strategi dan teknik yang mempertimbangkan kesejahteraan keluarga dari segi fisik, emosional, dan spiritual.

d. Terapi Berbasis Nilai
   Dalam proses terapi, nilai-nilai keluarga dan pribadi dimasukkan. Ini memastikan bahwa tindakan yang diambil sesuai dengan nilai-nilai keluarga.

5. Teknik Kolaboratif
   Meningkatkan Keterlibatan dan Partisipasi Teknik kerja sama mencakup:
   a. Perencanaan Bersama
      Membantu keluarga merencanakan tujuan, menetapkan harapan, dan mencari solusi untuk masalah.
   b. Pertemuan Keluarga
      Biarkan anggota keluarga berpartisipasi dalam proses membuat keputusan dan merencanakan.
   c. Membuat Kontrak Keluarga
      Menciptakan perjanjian keluarga yang mencakup tujuan, tanggung jawab, dan perjanjian perilaku.
   d. Konseling Keluarga Terbimbing
      Melibatkan keluarga dalam proses pengambilan keputusan dan menjadikan mereka mitra aktif dalam mengubah hal-hal yang diinginkan.

Bimbingan keluarga bertujuan untuk menciptakan perubahan positif dalam hubungan dan kesejahteraan keluarga melalui pemahaman mendalam tentang dinamika keluarga, komunikasi efektif, perubahan perilaku, dan penghargaan terhadap nilai dan tujuan individu. Kombinasi teknik dan pendekatan ini dapat disesuaikan dengan kebutuhan unik setiap keluarga, menciptakan keharmonisan.

C. MENANGANI KONFLIK KELUARGA

Mempertahankan keharmonisan dan kesejahteraan keluarga sangat penting untuk mengatasi konflik. Konflikt dapat berasal dari berbagai sumber, seperti perbedaan pendapat, komunikasi yang buruk, atau kebutuhan sehari-hari. Kemampuan untuk menangani perselisihan dan

menyelesaikannya dengan cara yang konstruktif adalah keterampilan yang sangat penting. Ini akan membahas berbagai aspek menangani konflik keluarga, termasuk sumber konflik, akibatnya, dan strategi dan metode untuk menyelesaikannya. Menurut Haryati (2020) Sumber konflik keluarga adalah:

1. Perbedaan Keyakinan dan Nilai
   Keluarga mungkin terlibat dalam konflik karena perbedaan pendapat dan keyakinan. Ketegangan dan perselisihan dalam keluarga dapat disebabkan oleh pendapat yang berbeda tentang norma budaya, agama, atau politik. Mengakui perbedaan ini dan menemukan cara untuk menghormati dan menerima keberagaman nilai adalah penting untuk mengatasi konflik ini.
2. Komunikasi yang Kurang Efektif
   Kurang komunikasi yang efektif adalah salah satu penyebab utama konflik keluarga. Konflik dapat terjadi karena ketidakpahaman, interpretasi yang salah, atau bahkan ketidakmampuan untuk mendengarkan dengan baik. Meningkatkan keterampilan komunikasi, termasuk kemampuan untuk mendengarkan aktif dan mengkomunikasikan perasaan dengan jelas, dapat membantu mengurangi konflik yang timbul.
3. Konflik Generasi
   Perbedaan pandangan antara generasi dapat menyebabkan konflik dalam keluarga. Perbedaan antara orang tua dan anak-anak tentang cara berpikir, nilai, dan harapan dapat menyebabkan gesekan. Buka saluran komunikasi yang terbuka dan menghormati dan memahami perspektif setiap generasi dapat membantu mengatasi konflik generasi.
4. Masalah Keuangan
   Masalah keuangan seringkali menyebabkan konflik keluarga yang serius. Ketegangan dapat muncul karena perbedaan pendapat tentang pengelolaan uang, masalah hutang, atau ketidaksetujuan tentang pengeluaran. Mengatasi konflik keuangan dengan membuat rencana keuangan yang jelas, berkomunikasi terbuka tentang

kebutuhan dan prioritas keuangan Anda, dan bekerja sama untuk mencapai tujuan tersebut dapat membantu.

5. Peran dan Tanggung Jawab
   Ketidaksepakatan tentang peran dan tanggung jawab di dalam keluarga juga dapat menyebabkan konflik. Misalnya, ketidaksepakatan tentang pembagian tugas rumah tangga atau peran gender dapat menyebabkan ketidakharmonisan. Konflik keluarga dapat dihindari atau diselesaikan dengan membahas peran dan tanggung jawab secara terbuka dan adil.

Jika anggota keluarga terus-menerus berkonflik maka akan membawa dapak yang besar bagi seluruh anggota keluarga. Menurut Hayani et al. (2020) Dampak Konflik Keluarga adalah:

1. Kesehatan emosional
   Konflik keluarga dapat menyebabkan stres emosional bagi anggota keluarga. Rasa frustasi, kebingungan, atau kecemasan dapat membahayakan kesehatan mental dan emosional setiap anggota keluarga.
2. Kesehatan Fisik
   Konflik keluarga yang berlarut-larut dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik mereka. Stres jangka panjang dapat menyebabkan banyak masalah kesehatan, seperti tekanan darah tinggi, masalah tidur, atau masalah pencernaan.
3. Ketidakstabilan Hubungan
   Konflik yang tidak diselesaikan dapat merusak hubungan keluarga. Jika konflik terus berlanjut tanpa penyelesaian, hubungan keluarga dapat retak, bahkan tanpa pulih.
4. Pengaruh Terhadap Perkembangan Anak
   Anak-anak yang dibesarkan dalam keluarga di mana konflik sering terjadi dapat mengalami dampak negatif pada pertumbuhan mereka. Ini dapat mencakup masalah perilaku, masalah di sekolah, atau masalah emosional yang dapat berlanjut hingga masa dewasa.

5. Isolasi Sosial

   Konflik dapat menyebabkan isolasi sosial, baik di dalam keluarga maupun di masyarakat umum. Anggota keluarga mungkin merasa enggan berinteraksi dengan orang lain, yang menyebabkan pola isolasi yang merugikan.

Menurut Aprianty & Ngalimun (2022) Untuk menangani konflik daam keluarga maka langkah-langkah ini perlu untuk dilaksanakan;

1. Komunikasi Terbuka dan Jujur

   Membangun komunikasi yang terbuka dan jujur adalah kunci dalam menangani konflik keluarga. Keluarga harus merasa nyaman untuk menyatakan perasaan, pendapat, dan kebutuhan mereka tanpa khawatir dicemooh atau diabaikan.
2. Latihan Mendengarkan Aktif

   Mendengarkan dengan penuh perhatian adalah keterampilan penting dalam penyelesaian konflik. Anggota keluarga harus belajar untuk mendengarkan satu sama lain, memahami apa yang dikatakan, dan bertindak dengan empati.
3. Negosiasi dan Kompromi

   Kemampuan untuk bernegosiasi dan mencapai kesepakatan sangat penting dalam banyak konflik keluarga. Anggota keluarga harus siap untuk mengorbankan keinginan pribadi mereka untuk mencapai solusi yang adil bagi semua pihak.
4. Batas dan Peraturan Jelas

   Menjaga batas dan peraturan keluarga dapat membantu mengurangi konflik. Mungkin ada ketegangan dalam keluarga jika semua anggota memahami harapan dan tata tertib yang ada.
5. Melibatkan Pihak Ketiga

   Melibatkan pihak ketiga dapat membantu jika konflik berlanjut. Mediator atau konselor keluarga dapat memberikan perspektif independen dan membantu keluarga menemukan jalan keluar.
6. Terapi Keluarga

   Sumber daya yang kuat untuk mengatasi konflik yang kompleks adalah terapi keluarga. Orang-orang yang terlatih dalam bidang ini

dapat membantu keluarga menjelajahi sumber konflik, memahami dinamika keluarga, dan membuat rencana untuk penyelesaian masalah.

7. Pendidikan Keterampilan Komunikasi dan Penyelesaian Konflik
   Seluruh anggota keluarga dapat memperoleh kemampuan yang diperlukan untuk menangani konflik dengan lebih baik jika mereka diajarkan keterampilan komunikasi dan penyelesaian konflik. Kursus, seminar, atau bacaan tentang strategi penyelesaian konflik dapat menjadi bagian dari pelatihan ini.
8. Penerimaan Keberagaman Nilai
   Langkah penting untuk menerima keanekaragaman nilai dan perspektif dalam keluarga. Ini melibatkan penghargaan terhadap perbedaan dan upaya untuk memahami pendapat orang lain, meskipun mereka mungkin tidak setuju dengan pendapat mereka.
9. Pemecahan Masalah Bersama
   Melibatkan seluruh keluarga dalam pemecahan masalah dapat membantu menciptakan tanggung jawab bersama dan pemahaman tentang solusi. Ini menciptakan lingkungan di mana setiap anggota keluarga merasa memiliki peran dalam pengambilan keputusan dan memiliki tanggung jawab atas keputusan yang dibuat.
10. Rencana Pengelolaan Stres
    Keluarga dapat menghadapi situasi yang menegangkan dengan lebih baik jika mereka membuat rencana pengelolaan stres bersama. Rencana ini dapat mencakup kegiatan menyenangkan bersama, metode untuk meredakan stres, atau bahkan dukungan profesional jika diperlukan.

Menangani konflik keluarga adalah suatu tantangan yang membutuhkan kesabaran, kemampuan berkomunikasi, dan keinginan untuk berubah. Keluarga tidak selalu dapat menghindari konflik, tetapi dengan cara yang konstruktif dan strategi yang tepat, mereka dapat mengelola dan bahkan tumbuh melaluinya. Keluarga dapat lebih mudah melewati masa-masa sulit dan mencapai keharmonisan yang lebih baik

jika mereka berkomitmen untuk membangun hubungan yang sehat, mendengarkan dengan empati, dan bekerja sama untuk mencari solusi.

D. REFERENSI

Ajhari, R., Eva, P., & Eliasa, I. (2023). Tugas Konselor dalam Membangun Potensi Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *7*(3), 28031–28037.

Alijona, A. (2020). Peran Konselor di Era Disruption. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, *1*(1), 188–194.

Aprianty, R. A., & Ngalimun, N. (2022). Model Bimbingan Konseling Perkembangan Dalam Aktivitas Bermain Sebagai Strategi Pengalaman Belajar Yang Bermakna Di Sd Muhammadiyah 8 Banjarmasin. *Jurnal Terapung : Ilmu - Ilmu Sosial*, *4*(1), 68. https://doi.org/10.31602/jt.v4i1.7360

Haryati, A. (2020). Online Counseling Sebagai Alternatif Strategi Konselor dalam Melaksanakan Pelayanan E-Counseling di Era Industri 4.0. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *2*(2), 27–38. https://doi.org/10.51214/bocp.v2i2.33

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Jannah, R., & Marjo, H. K. (2022). Etika Profesi Konselor dalam Layanan Bimbingan Konseling Virtual. *Jurnal Paedagogy*, *9*(1), 55. https://doi.org/10.33394/jp.v9i1.4556

Laia, Y., Sarumaha, M. S., & Laia, B. (2022). Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa Di Sma Negeri 3 Susua Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, *2*(1), 1–12. https://doi.org/10.57094/jubikon.v2i1.367

Sari, G. A. (2020). Guru Bimbingan Konseling Dalam Fungsi Pada Kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh Dari Rumah. *Jurnal IKA PGSD*

(Ikatan Alumni PGSD) UNARS, *8*(2), 452. https://doi.org/10.36841/pgsdunars.v8i2.847

BAB 9
BIMBINGAN KONSELING KARIR

A. ORIENTASI KARIR DAN PERENCANAAN KARIR

Pemahaman tentang orientasi karir dan perencanaan karir sangat penting untuk kemajuan profesional seseorang, baik untuk mahasiswa yang baru memulai dunia perkuliahan, karyawan yang mempertimbangkan perubahan karir, atau individu yang ingin memaksimalkan kemajuan karir mereka. Dalam bagian ini akan dibahas pentingnya orientasi karir, metode perencanaan karir yang berhasil, dan cara untuk berpartisipasi dalam pengembangan profesional yang berkelanjutan (Jannah & Marjo, 2022).

Sangat penting bagi individu untuk memiliki orientasi karir yang kuat untuk membangun karir yang sesuai dengan potensi mereka. Orientasi karir, khususnya pemahaman dunia kerja, melibatkan penelitian dan pemahaman tentang tren industri, peluang karir, dan lingkungan kerja yang mungkin dihadapi seseorang. Pemahaman diri, di sisi lain, melibatkan proses penjelajahan diri untuk mengenali minat, nilai, keterampilan, dan kepribadian seseorang (Ajhari et al., 2023).

Orientasi karir adalah langkah pertama dalam perjalanan karir seseorang dan mencakup pemahaman mendalam tentang minat, bakat, keterampilan, nilai, dan apa yang diinginkan seseorang serta hubungannya dengan dunia kerja. Memiliki pemahaman yang jelas tentang apa yang diinginkan dan bagaimana mencapainya

memungkinkan seseorang membuat keputusan karir yang lebih tepat dan mengurangi kemungkinan kesalahan (Dini, 2021).

Sangat penting bagi individu untuk memiliki orientasi karir yang kuat untuk membangun karir yang sesuai dengan potensi mereka. Orientasi karir, khususnya pemahaman dunia kerja, melibatkan penelitian dan pemahaman tentang tren industri, peluang karir, dan lingkungan kerja yang mungkin dihadapi seseorang. Pemahaman diri, di sisi lain, melibatkan proses penjelajahan diri untuk mengenali minat, nilai, keterampilan, dan kepribadian seseorang. Menurut Alijona (2020) Pemahaman Diri tentang Orientasi Karir dengan cara:

1. Menentukan Minat
   Pemahaman diri dimulai dengan menemukan apa yang diinginkan. Apa yang membuat seseorang menjadi semangat dan antusias? Apakah itu menangani data, berhubungan dengan orang lain, atau menghasilkan solusi inovatif? Petunjuk awal untuk memilih jalur karir yang sesuai adalah dengan mengidentifikasi minat.
2. Penilaian Nilai
   Ketika seseorang memilih karir, alasan mereka adalah apa yang mereka anggap penting, seperti keadilan, integritas, atau kerja sama tim. Pemahaman nilai membantu dalam memilih tempat kerja dan lingkungan kerja yang sesuai dengan prinsip-prinsip yang dijunjung tinggi.
3. Evaluasi Keterampilan
   Ini adalah langkah penting dalam orientasi karir. Ini melibatkan penilaian objektif dari soft skills dan keterampilan teknis seseorang. Apakah seseorang memiliki kemampuan analitis, kepemimpinan, atau kreativitas yang relevan untuk pekerjaan mereka?
4. Penyadaran Kepribadian
   Memahami sifat setiap orang membantu dalam memilih tempat kerja yang tepat. Apakah seseorang lebih suka bekerja dalam tim atau secara mandiri? Apakah mereka lebih cenderung menjadi pemecah masalah atau pencipta ide baru? Bagaimana seseorang

berinteraksi dengan dunia kerja mereka dipengaruhi oleh kepribadiannya.

5. Refleksi atas Pengalaman

   Pengalaman masa lalu seseorang dapat memberikan informasi berharga tentang kecenderungan dan preferensi mereka. Berpikir tentang pengalaman masa lalu seseorang di tempat kerja, proyek, atau kegiatan lainnya dapat membantu untuk menemukan pola dan temuan yang dapat membantunya dalam orientasi karirnya.

Menurut (Zakiyah et al., 2022) Pemahaman Dunia Kerja dalam Orientasi Karir sangat penting. Pemahaman dunia kerja adalah;

1. Penelitian Industri dan Tren

   Penelitian industri dan tren adalah cara pertama untuk memahami dunia kerja. Apa yang sedang terjadi di bidang industri yang menarik perhatian? Adakah perubahan besar atau tren yang dapat memengaruhi peluang karir di masa depan? Dalam pasar kerja yang dinamis, penelitian ini membantu orang tetap relevan.

2. Pemahaman Posisi dan Tanggung Jawab

   Sangat penting untuk memahami detail posisi dan tanggung jawab di bidang yang diminati. Apa yang dibutuhkan untuk berhasil di pekerjaan tertentu? Bagaimana Anda melihat tanggung jawab sehari-hari? Pemahaman ini membantu orang menemukan minat dan keterampilan yang sesuai.

3. Ketertarikan terhadap Budaya Perusahaan

   Budaya kerja setiap perusahaan berbeda. Beberapa mungkin menekankan inovasi dan kreativitas, sedangkan yang lain mungkin lebih menekankan hierarki dan struktur yang kuat. Memahami budaya perusahaan membantu orang memilih tempat kerja yang sesuai dengan prinsip dan cara mereka bekerja.

4. Kesempatan Pengembangan Karir

   Pertimbangkan kesempatan pengembangan karir saat orientasi karir. Apakah industri atau bisnis menawarkan peluang untuk kemajuan profesional? Adakah program pendidikan lanjutan atau pelatihan yang dapat membantu seseorang mengembangkan karirnya?

5. Pengetahuan tentang Lingkungan Kerja
   Sangat penting untuk memahami apa yang terjadi di tempat kerja Anda. Apakah orang lebih suka bekerja di tempat yang cepat dan dinamis atau di tempat yang lebih stabil dan terorganisir? Kesehatan dan keberhasilan di tempat kerja meningkat ketika lingkungan kerja sesuai.

Menurut Hayani et al., (2020) Integrasi pemahaman diri dan dunia kerja dapat dilaksanakan melalui;

1. Mencocokkan Minat dan Peluang Karir
   Seseorang dapat mencocokkan minat mereka dengan peluang karir yang sesuai dengan belajar tentang dunia kerja. Ini berarti memilih jalur karir yang memanfaatkan minat dan kemampuan seseorang.
2. Pengembangan Rencana Karir
   Untuk membuat rencana karir yang efektif, seseorang harus memahami dunia kerja dan diri sendiri. Rencana ini harus mencakup tujuan jangka pendek dan panjang, serta langkah-langkah untuk mengembangkan keterampilan, serta evaluasi berkala untuk memastikan bahwa rencana tersebut sesuai dengan kemajuan dan perubahan kebutuhan karir.
3. Keterlibatan dalam Pendidikan dan Pelatihan
   Menggabungkan pemahaman diri dan pengetahuan tentang dunia kerja mendorong orang untuk mengambil pendidikan dan pelatihan yang sesuai. Ini dapat mencakup mengambil kursus tambahan, mendapatkan sertifikasi, atau berpartisipasi dalam program pengembangan profesional.
4. Aktif dalam Jaringan Profesional
   Orang-orang lebih suka berpartisipasi dalam jaringan profesional jika mereka memahami dunia kerja mereka. Bergabung dengan komunitas online yang berkaitan dengan bidang tertentu, menghadiri acara industri, atau seminar membuka peluang jaringan dan koneksi profesional.

5. Fleksibilitas dan Penerimaan Terhadap Perubahan
   Jika seseorang mengintegrasikan pemahaman mereka tentang diri mereka sendiri dan dunia kerja mereka, mereka akan menjadi lebih fleksibel dan siap untuk menerima perubahan. Bisnis sering berubah, dan menjadi siap untuk menyesuaikan diri dengan perubahan itu sangat penting.

Memahami diri sendiri dan dunia kerja adalah dua sisi koin yang berbeda yang memungkinkan seseorang membangun karir yang memuaskan dan sukses. Pemahaman dunia kerja memberikan wawasan mendalam tentang minat, nilai, dan keterampilan seseorang, dan pemahaman tentang pasar kerja memberikan pemahaman tentang tren, peluang, dan tantangan yang ada di pasar kerja. Menggabungkan kedua elemen ini membentuk dasar yang kuat untuk orientasi karir yang efektif dan perencanaan karir yang berkelanjutan.

B. TES DAN ALAT EVALUASI DALAM BIMBINGAN KARIR

Dalam bimbingan karir, test dan alat evaluasi sangat penting karena membantu individu mengidentifikasi minat, nilai, kepribadian, dan keterampilan mereka. Dengan menggunakan alat-alat ini, konselor karir dan individu yang sedang menjalani proses bimbingan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang elemen penting yang memengaruhi pilihan karir dan pengembangan profesional (Lestari, 2020). Dalam bagian ini akan dibahas berbagai jenis tes dan alat evaluasi yang sering digunakan dalam bimbingan karir, serta manfaatnya. Kami juga akan membahas bagaimana hasilnya dapat diinterpretasikan dan digunakan dalam proses pengambilan keputusan karir. Menurut Mardes et al. (2022) Proses penggunaan tes dan alat evaluasi dalam bimbingan karir adalah:

1. Identifikasi Tujuan
   Sebelum menggunakan alat evaluasi atau tes, penting untuk menentukan tujuan khusus dari proses bimbingan karir. Apakah itu

untuk mengeksplorasi minat, menemukan nilai-nilai, atau menilai kepribadian, masing-masing alat dan tes memiliki tujuan unik.

2. Memilih Tes atau Alat yang Tepat
   Setelah menentukan tujuan, langkah berikutnya adalah memilih tes atau alat yang paling sesuai untuk mencapai tujuan tersebut. Berbagai alat dan tes dirancang untuk mengukur elemen tertentu, dan hasil yang tepat akan lebih relevan dan bermanfaat.
3. Penerapan Tes
   Proses penerapan tes mencakup pengelolaan dan pengisian tes oleh peserta didik. Selain memastikan bahwa lingkungan tes nyaman, penting untuk memastikan bahwa peserta menerima instruksi yang jelas tentang cara mengikuti tes.
4. Interpretasi Hasil
   Konselor karir yang berpengalaman sangat penting dalam membantu orang memahami implikasi hasil tes dan alat evaluasi karena mereka perlu memahami konteks bimbingan karir dan standar pengukuran.
5. Diskusi dan Refleksi
   Setelah mengumpulkan hasil, langkah selanjutnya adalah berbicara dengan peserta bimbingan. Berbicara tentang temuan ini membantu memahami lebih dalam hasil, menghubungkannya dengan pengalaman dan preferensi peserta, dan membuat rencana tindakan berdasarkan temuan.
6. Integrasi Hasil dalam Perencanaan Karir
   Hasil tes dan alat evaluasi harus dimasukkan ke dalam perencanaan karir secara keseluruhan. Ini dapat mencakup menentukan langkah-langkah pengembangan keterampilan, membuat rencana karir jangka pendek dan panjang, atau mengubah tujuan karir berdasarkan temuan ini.

Menurut Mulyati & Kamaruddin (2020) Manfaat penggunaan tes dan alat evaluasi dalam bimbingan karir adalah:

1. Pemilihan Karir yang Sesuai:
   Individu dapat membuat pilihan karir yang sesuai dengan bakat dan preferensi mereka dengan memahami minat, nilai, kepribadian, dan keterampilan mereka.
2. Pengembangan Rencana Pengembangan Pribadi
   Pembuatan rencana pengembangan pribadi dibantu oleh hasil tes dan alat evaluasi. Ini dapat mencakup peningkatan keterampilan dan keahlian melalui pelatihan tambahan, kursus, atau pengalaman kerja.
3. Meningkatkan Kepuasan Kerja
   Orang cenderung lebih puas dengan pekerjaan mereka jika mereka memilih pekerjaan yang sesuai dengan minat dan nilai mereka. Ini dapat berdampak positif pada motivasi, produktivitas, dan kesejahteraan secara keseluruhan.
4. Pemahaman Diri yang Lebih Mendalam
   Individu dapat memperoleh pemahaman diri yang lebih baik melalui ujian dan alat evaluasi. Ini memungkinkan refleksi pribadi dan kemajuan pribadi yang berkelanjutan.
5. Menghemat Waktu dan Energi
   Dengan mengetahui minat dan keterampilan Anda lebih awal, orang dapat menghindari membuang waktu dan energi dengan mencoba karir yang tidak sesuai.
6. Mengatasi Ketidakpastian
   Proses bimbingan karir yang menggunakan tes dan alat evaluasi membantu orang yang ragu saat memilih karir. Hasilnya memberi Anda dasar yang jelas untuk membuat keputusan yang bijaksana.

Tes dan alat evaluasi berguna dalam bimbingan karir karena dapat membantu individu mempelajari dan memahami faktor-faktor yang mempengaruhi pengembangan karir mereka. Namun, penting untuk diingat bahwa faktor-faktor lain juga harus dipertimbangkan saat membuat keputusan karir. Individu harus terlibat dalam refleksi diri

yang mendalam dan hasil harus diinterpretasikan secara kontekstual. Untuk melindungi hak privasi dan mencegah bias, etika penggunaan tes dan alat evaluasi harus diperhatikan dengan cermat. Rencana karir yang berkelanjutan dan memuaskan dapat dibuat oleh individu dengan memadukan informasi dari alat evaluasi dan tes dengan pilihan karir yang reflektif dan kontekstual.

C. TREN PEKERJAAN DAN PELUANG KARIR

Dunia kerja dibentuk sebagian besar oleh tren pekerjaan dan peluang karir. Tren-tren diciptakan oleh perubahan dalam teknologi, kebutuhan pasar, dan dinamika ekonomi. Tren-tren ini mempengaruhi jenis pekerjaan yang tersedia, persyaratan keterampilan, dan peluang karir baru. Pada bagian akan dibahas berbagai tren pekerjaan yang sedang berubah, menemukan peluang karir yang mungkin terbuka, dan mempelajari bagaimana orang dapat bersiap-siap untuk menghadapi perubahan dinamika di tempat kerja.

Menurut Hotmauli (2022)Tren pekerjaan berbasis teknologi pada saaat ini sangat berkembang pesat. Trend pekerjaan dalam bidang ini adalah;

1. Kemajuan Kecerdasan Buatan (AI)
   Kecerdasan buatan mengubah lanskap pekerjaan dan membuka peluang baru. Pengolahan bahasa alami, analisis data, dan pengembangan kecerdasan buatan semakin populer. Ahli kecerdasan buatan, ilmuwan data, dan spesialis keamanan siber adalah profesi yang sangat penting.
2. Internet of Things (IoT) dan Industri 4.0
   Revolusi Internet of Things (IoT) dan industri 4.0 membawa peningkatan konektivitas antar perangkat. Pengembangan perangkat cerdas, analisis data sensor, dan pengelolaan infrastruktur Internet of Things (IoT) menjadi semakin penting. Ini membuka peluang baru dalam pengembangan teknologi dan perangkat keras.

3. Pekerjaan di Bidang Kesehatan Digital: Sektor kesehatan digital berkembang pesat, yang mencakup aplikasi kesehatan, telemedicine, dan rekam medis elektronik. Ada peluang karir untuk mengembangkan dan mempertahankan solusi teknologi kesehatan, seperti perangkat lunak medis dan analisis data kesehatan.

Menurut Hotmauli (2022) Pekerjaan Berbasis Keterampilan Soft Skills juga makin berkemang. Trend pekerjan ini adalah;

1. Manajemen Emosi dan Keterampilan Interpersonal
   Manajemen emosi dan keterampilan interpersonal menjadi penting untuk berkomunikasi secara efektif di dunia yang semakin terhubung. Semakin banyak orang yang mencari pekerjaan di bidang manajemen konflik, konseling, dan pelatihan kepemimpinan.
2. Penguasaan Keterampilan Kreativitas
   Kreativitas adalah kunci untuk inovasi dalam dunia bisnis yang berubah dengan cepat. Seiring berjalannya waktu, pekerjaan seperti desainer grafis, ilustrator, atau spesialis pemasaran konten semakin dihargai karena kemampuan mereka untuk menghasilkan konsep dan solusi inovatif.
3. Keterampilan Berpikir Kritis
   Kemampuan berpikir kritis seperti analisis data mendalam, evaluasi strategis, dan pengambilan keputusan kompleks semakin penting untuk pekerjaan. Konsultan strategi, analis kebijakan, dan ahli riset pasar semua membutuhkan kemampuan ini.

Trend Pekerjaan lainnya adalah pekerjaan yang berhubungan dengan lingkungan. Pekerjaan ini adalah;

1. Profesi Lingkungan dan Konservasi
   Pekerjaan dalam pengelolaan sumber daya alam dan konservasi semakin dibutuhkan karena kesadaran masyarakat akan masalah lingkungan semakin meningkat. Mereka yang bekerja dalam bidang lingkungan, seperti ahli keberlanjutan dan insinyur, bertanggung jawab untuk menciptakan solusi untuk masalah lingkungan.

2. Energi Terbarukan dan Teknologi Ramah Lingkungan
   Karena pertumbuhan sektor energi terbarukan, ahli energi terbarukan, teknisi panel surya, dan insinyur energi melihat peluang untuk mengembangkan solusi energi yang lebih berkelanjutan dan ramah lingkungan.

Menurut Hotmauli (2022) Pekerjaan dalam Ekonomi Berbagi:

1. Ekonomi Berbagi dan Platform Digital
   Pertumbuhan ekonomi berbagi membawa peluang baru di industri layanan berbasis platform, seperti pekerjaan lepas, ahli pemasaran digital, dan manajer proyek daring.
2. Pengembangan Aplikasi dan Pengalaman Pengguna
   Fokus utama adalah pembuatan aplikasi dan perangkat lunak yang meningkatkan pengalaman pengguna. Pekerjaan desainer UX/UI, pengembang perangkat lunak, dan ahli pengalaman pengguna telah berkembang pesat.

Menurut Hotmauli (2022) Pekerjaan di Sektor Kesehatan dan Perawatan:

1. Profesi Kesehatan Digital
   Peluang di bidang kesehatan digital muncul sebagai hasil dari peningkatan penggunaan teknologi di bidang kesehatan. Pengembangan aplikasi kesehatan, analis data kesehatan, dan administrator sistem informasi kesehatan adalah pekerjaan yang semakin populer.
2. Perawatan Lansia dan Profesi Kesehatan Mental
   Karena populasi di seluruh dunia semakin tua, permintaan akan layanan perawatan lansia dan kesehatan mental meningkat. Perawat geriatri, psikolog klinis, dan konselor kesehatan mental semakin populer.

Menurut Hotmauli (2022) Cara Bersiap untuk Tren Pekerjaan dan Peluang Karir

1. Peningkatan Keterampilan Teknologi
   Meningkatkan keterampilan teknologi, terutama dalam pengembangan perangkat lunak, analisis data, dan kecerdasan

buatan, dapat membantu Anda menjadi lebih kompetitif di pasar kerja yang selalu berubah.

2. Pembelajaran Seumur Hidup
   Mengadopsi mentalitas pembelajaran seumur hidup memungkinkan orang mengembangkan keterampilan dan pengetahuan mereka seiring berjalannya waktu. Berpartisipasi dalam kursus online, memperoleh sertifikasi, atau mendapatkan pelatihan lanjutan adalah beberapa contohnya.
3. Jaringan dan Koneksi Profesional
   Untuk mengakses peluang karir baru, sangat penting untuk membangun jaringan dan koneksi profesional. Langkah-langkah yang berharga termasuk berpartisipasi dalam acara networking, menghadiri konferensi, dan bergabung dengan komunitas industri.
4. Fleksibilitas dan Kesiapan untuk Perubahan
   Karena lingkungan kerja selalu berubah, menjadi fleksibel adalah penting untuk beradaptasi. Individu harus siap untuk belajar hal-hal baru, beradaptasi dengan perubahan dalam industri, dan mencari peluang baru.
5. Meningkatkan Keterampilan Soft Skills
   Keterampilan soft skills seperti berpikir kritis, mengendalikan emosi, dan kreatif menjadi semakin penting. Membangun keterampilan ini dapat membantu orang berhasil di berbagai tempat kerja.

Dinamika yang berbeda di dunia kerja saat ini berasal dari tren pekerjaan dan peluang karir. Untuk menemukan peluang karir yang sesuai dengan minat, nilai, dan keterampilan mereka, orang dapat melihat perubahan dalam teknologi, kebutuhan pasar, dan perkembangan ekonomi. Keterampilan yang diperoleh sepanjang hidup dan kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan diperlukan untuk mempersiapkan diri untuk tren pekerjaan. Dalam dunia kerja yang terus berubah, memahami arah tren pekerjaan dapat membantu orang menemukan jalan menuju karir yang sukses dan memuaskan.

D. REFERENSI

Ajhari, R., Eva, P., & Eliasa, I. (2023). Tugas Konselor dalam Membangun Potensi Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *7*(3), 28031–28037.

Alijona, A. (2020). Peran Konselor di Era Disruption. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, *1*(1), 188–194.

Dini, I. rahma. (2021). Bimbingan Konseling. *Universitas Negeri Padang*, *1*(1), 9.

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Hotmauli, M. (2022). Implementasi Teori Ginzberg dalam Bimbingan Konseling Karir. *Jurnal Cahaya Mandalika*, *3*(2), 98–104.

Jannah, R., & Marjo, H. K. (2022). Etika Profesi Konselor dalam Layanan Bimbingan Konseling Virtual. *Jurnal Paedagogy*, *9*(1), 55. https://doi.org/10.33394/jp.v9i1.4556

Lestari, M. A. (2020). *Bimbingan Konseling Di SD (Mendampingi Siswa Meraih Mimpi)*. Deepublish.

Mardes, S., Khadijah, K., & Arlizon, R. (2022). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Era New Normal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, *4*(1), 569–575.

Mulyati, S., & Kamaruddin, K. (2020). Peran Guru dalam Pelaksanaan Bimbingan Konseling. *Al-Liqo: Jurnal Pendidikan Islam*, *5*(02), 172–184. https://doi.org/10.46963/alliqo.v5i02.241

Zakiyah, A., Rahmat, H. K., & Sa'adah, N. (2022). Peran Konselor Lintas Agama Dan Budaya Sebagai Problem Solving Masyarakat Multibudaya the Role of Cross-Religious and Cultural Counselors As a Multi-Cultural Community Solving Problem. *Multidisciplinary Journal of Counseling and Social Research*, *1*(1), 2962–8350.

BAB 10
INOVASI DALAM BIMBINGAN KONSELING

A. PENGGUNAAN TEKNOLOGI DALAM BIMBINGAN KONSELING

Teknologi telah mengubah banyak aspek kehidupan manusia, seperti pendidikan dan bimbingan konseling. Penggunaan teknologi dalam bimbingan konseling telah menguntungkan karena memungkinkan akses yang lebih luas, inovasi dalam metode bimbingan, dan proses penyuluhan yang lebih efisien. Pada bagian ini akan dibahas berbagai alat dan platform teknologi yang telah digunakan dalam praktik konseling, dan melihat bagaimana penggunaan teknologi ini berdampak pada kualitas dan efisiensi layanan konseling.

Perkembangan Teknologi dalam Bimbingan Konseling: Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) telah membawa perubahan besar ke dunia bimbingan dan konseling. Perkembangan perangkat keras dan perangkat lunak dalam beberapa dekade terakhir telah memungkinkan para konselor menggunakan teknologi dalam praktik konseling mereka. Penggunaan aplikasi seluler, platform daring, perangkat lunak manajemen klien, dan perangkat keras seperti kamera web dan perangkat audio termasuk dalam kategori ini. Perangkat ini memungkinkan konselor memberikan layanan yang lebih baik kepada klien dan meningkatkan aksesibilitas (Mardes et al., 2022). Beberapa pembaruan dalam bimbingan konsiling adalah:

1. Konseling Daring

   Pengadopsian konseling daring atau online merupakan salah satu perubahan paling signifikan dalam bimbingan konseling. Platform daring memungkinkan konselor berinteraksi dengan klien mereka dari mana pun mereka berada. Layanan konseling daring memungkinkan konselor dan klien berkomunikasi melalui video konferensi, obrolan teks, atau panggilan suara. Ini sangat bermanfaat bagi mereka yang berada di lokasi terpencil dan mungkin menghadapi kesulitan untuk mendapatkan layanan konseling secara langsung (Jannah & Marjo, 2022).

   Banyak konselor dan klien awalnya skeptis terhadap konseling online karena mudah diakses. Namun, penelitian telah menunjukkan bahwa dalam beberapa situasi, konseling online dapat sebanding dengan konseling tatap muka. Teknologi ini memungkinkan konselor mengatasi hambatan geografis dan membantu klien yang menghadapi kendala transportasi atau mobilitas.

2. Aplikasi dan Perangkat Lunak Manajemen Klien

   Penggunaan aplikasi dan perangkat lunak manajemen klien telah meningkatkan praktik bimbingan konseling. Perangkat lunak ini dapat membantu konselor mengelola jadwal, catatan sesi, dan informasi klien dengan lebih mudah. Beberapa aplikasi bahkan memiliki fitur pencatatan otomatis yang membantu konselor mengingat detail penting dari sesi konseling (Haryati, 2020).

   Selain itu, fitur keamanan seringkali disertakan dalam aplikasi konseling online, yang sangat penting untuk mempertahankan kepercayaan klien terhadap proses konseling. Perangkat lunak manajemen klien juga dapat membantu konselor melacak perkembangan klien dan memberikan pengingat untuk sesi konseling berikutnya.

   Platform edukasi dan sumber daya teknologi digunakan untuk menyediakan sumber daya untuk konselor dan klien. Informasi, pedoman, dan materi bimbingan konseling dapat ditemukan di berbagai platform daring. Dengan menggunakan sumber daya ini,

konselor dapat meningkatkan pengetahuan mereka, mendapatkan alat bantu profesional, dan tetap mengetahui perkembangan terkini dalam bimbingan (Alijona, 2020).

Selain itu, klien dapat mengakses sumber daya ini untuk mendapatkan informasi lebih lanjut tentang masalah yang mereka hadapi, mendapatkan dukungan tambahan di luar sesi konseling, dan meningkatkan pemahaman mereka tentang proses bimbingan. Ini menciptakan lingkungan di mana pendidikan dan dukungan tersedia tidak hanya selama sesi konseling tetapi juga melalui sumber daya online yang dapat diakses kapan saja.

3. Virtual Reality (VR)

Dalam terapi eksposur, virtual reality (VR) telah membantu menangani berbagai jenis kecemasan dan trauma. Klien dalam terapi eksposur dihadapkan secara terkendali pada rangsangan yang menyebabkan kecemasan atau trauma mereka. Konselor dapat membuat simulasi situasi yang realistis dan terkontrol dengan VR (Ardi & Ifdil, 2013).

Misalnya, dengan menggunakan headset VR, orang yang memiliki fobia terbang dapat melakukan simulasi penerbangan. Ini memungkinkan konselor untuk memandu klien melalui proses eksposur secara bertahap dan terkontrol. Penggunaan VR dalam terapi eksposur juga telah terbukti efektif dalam mengurangi gejala kecemasan dan trauma, dan memberikan alat inovatif dan aman bagi konselor untuk memberikan perawatan kepada klien mereka.

Teknologi sangat penting untuk memenuhi kebutuhan konseling remaja. Konselor dapat menggunakan aplikasi konseling untuk membuat lingkungan yang akrab bagi remaja, yang seringkali lebih terbiasa dengan teknologi daripada berbicara dengan mereka secara tatap muka. Remaja dapat menemukan forum di mana mereka dapat berbagi pengalaman mereka, mencari dukungan sebaya, dan mendapatkan sumber daya untuk bimbingan konseling melalui aplikasi ini (Lestari, 2020).

Metode berbasis aplikasi ini dapat mencakup memberi remaja tugas atau latihan yang dapat mereka lakukan di luar sesi konseling, memungkinkan mereka untuk terlibat aktif dalam proses pengembangan diri. Fitur interaktif seperti obrolan teks atau panggilan video juga dapat membuat konseling lebih murah dan lebih dapat diakses oleh remaja yang mungkin ragu untuk mendapatkan bantuan secara langsung.

Meskipun penggunaan teknologi dalam bimbingan konseling memiliki banyak manfaat, ada beberapa masalah yang perlu diperhatikan. Salah satu masalah utama adalah kekhawatiran tentang keamanan dan privasi data klien. Konseling harus memastikan bahwa platform dan aplikasi yang mereka gunakan memenuhi standar keamanan dan etika yang tinggi untuk melindungi data klien.

Selain itu, ada kemungkinan bahwa beberapa klien tidak memiliki akses atau keterampilan teknologi yang cukup untuk mengambil manfaat dari layanan konseling online. Tantangan ini menunjukkan betapa pentingnya memastikan bahwa teknologi yang digunakan tetap inklusif dan dapat diakses oleh berbagai lapisan masyarakat.

Masa Depan Penggunaan Teknologi dalam Bimbingan Konseling Tampaknya masa depan bimbingan konseling akan lebih terintegrasi dengan teknologi canggih karena perkembangan yang terus berlanjut. AI dapat membantu konselor menemukan pola perilaku atau masalah kesehatan mental, memberikan saran yang lebih personal, dan menganalisis data klien dengan lebih akurat.

Aplikasi berbasis realitas virtual dan AR juga dapat meningkatkan pengalaman konseling. Konselor dapat membuat skenario kehidupan nyata di mana klien dapat belajar keterampilan sosial atau mengatasi masalah tertentu (Wahyuni & Kurniawan, 2022).

Penggunaan teknologi dalam bimbingan konseling telah membawa perubahan positif dalam memberikan layanan yang lebih baik dan lebih efisien kepada klien. Aplikasi seperti konseling online dan aplikasi manajemen klien telah mengubah cara konselor berinteraksi dan menawarkan bimbingan kepada klien.

Namun, perlu diingat bahwa teknologi bukanlah pengganti hubungan manusia; meskipun berbagai platform dan alat teknologi dapat membuat proses lebih mudah diakses dan lebih efisien, keterlibatan pribadi dan empati konselor tetap penting untuk keberhasilan proses bimbingan.

Sangat penting bagi konselor untuk terus memperbarui keterampilan mereka, mengikuti kemajuan teknologi, dan memastikan bahwa penggunaan teknologi dalam praktik konseling tetap sesuai dengan standar etika dan keamanan yang tinggi. Dengan menerapkan pendekatan yang seimbang antara aspek manusiawi dan teknologi, bimbingan konseling dapat terus berkembang dan memberikan manfaat terbaik bagi individu yang mencari bantuan.

B. PENDEKATAN KREATIF DALAM PROSES BIMBINGAN KONSELING

Pentingnya pendekatan kreatif dalam bimbingan konseling akan dijelaskan di sini. Pendekatan kreatif dalam bimbingan konseling mencakup penggunaan teknik kreatif, pendekatan visual, dan metode interaktif yang membantu orang memahami diri mereka sendiri, memecahkan masalah, dan berkembang. Pendekatan ini memungkinkan lebih banyak penelitian dan solusi kreatif untuk membantu orang mengatasi masalah dan berkembang.

Metode kreatif memberi kita kesempatan untuk mempelajari aspek psikologis dan emosional klien dengan cara yang lebih mendalam. Kreativitas dapat membantu mengungkapkan perasaan dan pengalaman yang sulit diungkapkan dengan kata-kata. Dalam bimbingan konseling, kreativitas merujuk pada proses kreatif sebagai alat untuk memahami, mengungkapkan, dan meresapi pikiran dan perasaan (Harita et al., 2022).

Pendekatan kreatif juga dapat membantu mengatasi resistensi klien terhadap terapi; beberapa klien mungkin merasa sulit untuk mengungkapkan diri secara verbal, tetapi pendekatan ini membuatnya

lebih mudah untuk menggunakan opsi lain dan mendorong partisipasi aktif. Menurut (Yeni Karneli, 2021) Metode kreatif untuk bimbingan konseling diantaranya adalah:

1. Seni Terapi
   Penggunaan berbagai media seni, seperti lukisan, menggambar, dan kerajinan, sebagai alat ekspresi adalah bagian dari seni terapi. Dengan menggunakan karya seni, klien dapat mengekspresikan perasaan, pemikiran, dan pengalaman mereka. Konselor dapat menggunakan seni terapi untuk mengajak klien untuk berbicara lebih lanjut tentang karya seni tersebut, menemukan cara mereka berpikir, dan meningkatkan pemahaman diri mereka.
2. Sandplay Therapy
   Teknik ini menggunakan pasir kecil dan kotak pasir untuk membuat pemandangan atau representasi simbolis. Klien dapat membuat dunia kecil yang menggambarkan kondisi psikologis dan emosional mereka. Proses ini membantu klien memahami masalah yang mungkin sulit diungkapkan secara verbal dan membantu mereka mengintegrasikan pemahaman diri.
3. Drama Therapy
   Pendekatan ini melibatkan penggunaan permainan peran, skenario, dan improvisasi sebagai alat untuk mengeksplorasi perasaan dan situasi tertentu. Pendekatan ini dapat membantu klien melihat diri mereka dari perspektif baru, mengatasi keterbatasan bahasa mereka, dan meningkatkan keterampilan sosial mereka.
4. Teknik Menulis Kreatif
   Menulis kreatif dapat menjadi cara yang kuat untuk mengekspresikan diri secara efektif dalam bidang bimbingan konseling. Tugas menulis dapat diberikan oleh konselor dengan tujuan mendorong pemikiran kreatif, menjelaskan pengalaman emosional seseorang, atau menghasilkan narasi alternatif. Klien dapat mengeksplorasi dan mengatur pemikiran mereka dengan menulis.

5. Visualisasi dan Imajinasi Dipandu
   Konselor membantu klien membayangkan atau memvisualisasikan situasi tertentu dengan menggunakan visualisasi dan imajinasi dipandu. Ini dapat membantu mereka mengatasi kecemasan, menemukan solusi kreatif, atau mempelajari aspirasi dan impian mereka.

Menurut (Ramadhani, 2020) Metode Kreatif ini membawa banyak efek positif bagi klien. efek positif metode kreatif pada klien adalah:

1. Pemahaman Diri yang Lebih Dalam
   Pendekatan kreatif membantu klien untuk meresapi dan memahami lebih dalam perasaan, pemikiran, dan pengalaman mereka. Ekspresi kreatif memberi mereka kesempatan untuk mengeksplorasi dan mengeksplorasi aspek diri yang mungkin belum mereka ungkapkan sebelumnya.
2. Pemecahan Masalah yang Inovatif
   Kreativitas dapat merangsang pemikiran divergen, membantu klien melihat masalah dari berbagai sudut pandang, dan menghasilkan solusi yang lebih inovatif. Pendekatan kreatif membuka pintu untuk pemecahan masalah yang kreatif dan berdaya inovasi.
3. Peningkatan Keterlibatan dan Motivasi
   Metode kreatif dapat meningkatkan keterlibatan klien dalam proses konseling. Melakukan kegiatan yang menarik dan menghibur dapat mendorong klien untuk berpartisipasi aktif dalam sesi konseling.
4. Mengatasi Blok Emosional dan Kreatif
   Beberapa klien mungkin mengalami blok emosional atau kreatif yang menghalangi mereka untuk berkembang secara pribadi. Pendekatan kreatif, dengan memberikan wadah untuk ekspresi yang bebas dan terarah, dapat membantu mengatasi blok ini.

Meskipun pendekatan kreatif memiliki banyak manfaat, ada beberapa masalah yang perlu diatasi. Beberapa klien mungkin tidak nyaman atau tidak mau terlibat dalam kegiatan kreatif. Oleh karena itu, penting bagi konselor untuk memahami preferensi dan kebutuhan klien dan membangun kepercayaan sebelum menerapkan pendekatan kreatif.

Selain itu, konselor harus memastikan bahwa kegiatan kreatif yang dipilih sesuai dengan konteks budaya dan nilai klien; beberapa orang mungkin memiliki perspektif yang berbeda tentang teknik atau seni tertentu, dan kepekaan terhadap konteks budaya sangat penting untuk memastikan bahwa klien terlibat dengan baik.

C. TANTANGAN DAN PELUANG INOVASI DI BIDANG BIMBINGAN KONSELING

Dampak dari kemajuan teknologi dan digitalisasi terhadap interaksi manusia merupakan salah satu tantangan yang dihadapi dalam bidang bimbingan konseling. Perlu menjadi bijak saat menggunakan teknologi untuk menghindari dampak negatifnya terhadap kehidupan pribadi dan hubungan antarindividu. Selain itu, kekurangan layanan bimbingan konseling, terutama di daerah terpencil atau kurang berkembang, menjadi tantangan yang membutuhkan inovasi untuk meningkatkan aksesibilitas layanan tersebut (Sari, 2020).

Selain itu, perubahan dalam dinamika sosial, budaya, dan nilai-nilai masyarakat menghadirkan tantangan bagi efektivitas dan relevansi bimbingan konseling. Jumlah masalah kesehatan mental yang meningkat di masyarakat meningkatkan beban kerja konselor. Ini menyebabkan pendekatan konseling yang lebih inovatif diperlukan untuk menangani berbagai masalah kesehatan mental yang muncul.

Sebaliknya, ada peluang besar yang dapat dimanfaatkan. Untuk membuat layanan bimbingan konseling lebih efektif dan mudah diakses, teknologi seperti AI dan aplikasi dapat digunakan. Teknologi pembelajaran virtual dan simulasi, antara lain, dapat meningkatkan kualitas layanan konselor (Hayani et al., 2020).

Kolaborasi antara bidang bimbingan konseling dengan disiplin ilmu lain, seperti teknologi informasi, kedokteran, atau psikologi, memungkinkan inovasi baru dalam pendekatan dan penanganan masalah. Selain itu, adopsi pendekatan holistik dalam bimbingan

konseling yang melibatkan aspek fisik, mental, emosional, dan sosial memberikan solusi yang lebih menyeluruh untuk masalah individu.

Bidang bimbingan konseling dapat terus berkembang, memberikan kontribusi positif, dan mendukung perkembangan pribadi dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan dengan memahami tantangan dan memanfaatkan peluang ini.

D. REFERENSI

Alijona, A. (2020). Peran Konselor di Era Disruption. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, *1*(1), 188–194.

Ardi, Z., & Ifdil, I. (2013). Konseling Online Sebagai Salah Satu Bentuk Pelayanan E-konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *1*(1), 15–22.

Harita, A., Laia, B., & Zagoto, S. F. L. (2022). Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Smp Negeri 3 Onolalu Tahun Pelajaran 2021/2022. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, *2*(1), 40–52. https://doi.org/10.57094/jubikon.v2i1.375

Haryati, A. (2020). Online Counseling Sebagai Alternatif Strategi Konselor dalam Melaksanakan Pelayanan E-Counseling di Era Industri 4.0. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *2*(2), 27–38. https://doi.org/10.51214/bocp.v2i2.33

Hayani, H., Cecep, H., Simarmata, N.I.P., Tanjung, R., Mahatmaharti, R. A. ., & Musyadad, V.F. and Iskandar, Y. Z. (2020). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Jannah, R., & Marjo, H. K. (2022). Etika Profesi Konselor dalam Layanan Bimbingan Konseling Virtual. *Jurnal Paedagogy*, *9*(1), 55. https://doi.org/10.33394/jp.v9i1.4556

Lestari, M. A. (2020). *Bimbingan Konseling Di SD (Mendampingi Siswa Meraih Mimpi)*. Deepublish.

Mardes, S., Khadijah, K., & Arlizon, R. (2022). Upaya Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Era New Normal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, *4*(1), 569–575.

Ramadhani, S. P. (2020). Pengaruh Blanded Learning terhadap Hasil Belajar Matakuliah Bimbingan Konseling Mahasiswa PGSD. *Jurnal Basicedu*, *4*(2), 327–336. https://doi.org/10.31004/basicedu.v4i2.350

Sari, G. A. (2020). Guru Bimbingan Konseling Dalam Fungsi Pada Kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh Dari Rumah. *Jurnal IKA PGSD (Ikatan Alumni PGSD) UNARS*, *8*(2), 452. https://doi.org/10.36841/pgsdunars.v8i2.847

Wahyuni, F., & Kurniawan, C. (2022). Asesmen Self-Efficacy Konselor dalam Konseling : Pengembangan dan Validasi. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, *4*(2), 235–241. https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.196

Yeni Karneli, A. K. S. P. (2021). Pelayanan Profesional Guru Bimbingan Konseling Dalam Meminimalisir Kesalahpahaman Tentang Bimbingan Konseling Di Sekolah. *Journal Of Education And Teaching Learning (JETL)*, *3*(1), 36–49. https://doi.org/10.51178/jetl.v3i1.117

PROFIL PENULIS

Sri Haryanto lahir di Wonosobo 15 November 1979. Pendidikan formalnya ditempuh di SDN I Sariyoso (1993), SMPN 1 Kertek-Wonosobo (1996), SMUN 2 Wonosobo (1999), IAIN Walisongo Jurusan Bimbingan Konseling (2004), Pascasarjana Magister Pendidikan (2010), dan Program Doktor Psikologi Pendidikan di UMY (2021). Ketika masih Mahasiswa aktif di Lembaga Kajian Ilmiah (LKI), Korp Da'i Islam IAIN Walisongo, Ketua Keluarga Mahasiswa Wonosobo, Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII), Presidium Mahasiswa Indonesia, dan Presiden Badan Eksekutif Mahasiswa (2003-2004).

Saat ini sebagai Dosen tetap Universitas Sains al-Qur'an (UNSIQ) Jawa Tengah di Wonosobo, dengan tugas tambahan sebagai Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK), sebelumnya menjabat sebagai Kepala Lembaga Penelitian Penerbitan dan Pengabdian Masyarakat (LP3M) (2017-2021), Ketua Program Studi Pendidikan Islam (UAD) (2012-2017), dan Direktur Pusat Studi Kependidikan (PSKp) tahun 2009 sd 2017.

Karya tulis yang telah diterbitkan dalam bentuk buku diantaranya, Mengapa Harus Stress: Terapi Stress; Energi Dzikir: Menentramkan Jiwa Membangkitkan Optimisme; The Word Idol Muhammad Rasulullah; Desain Pembelajaran Demokratis-Humanis; Etika Beribadah: Berdasarkan Alquran Dan Sunnah; Etika Berdzikir; Etika Bermuamalah: Berdasarkan Alquran dan Sunnah; Pengantar Aswaja An-Nahdliyah; Al-Qur'an Dan Sains Modern: Saintifikasi Teologi Dan Teologi Saintifik; Oprasionalisasi Bimbingan Konseling di Sekolah; Pengantar Jurnalistik; Kiamat Telah Dekat: Sketsa Perjalanan hidup menuju keabadian; Inspiration for successful; Manusia Spiritual Perspektif Psikologi Islam dan Psikologi Transpersonal; Wawasan Al-Qur'an Tentang Manusia; Pendidikan karakter berbasis spiritual: suatu tinjauan paradigmatic; Membanguan Pendidikan Karakter.

Dalam jurnal diantaranya, Religious Spiritual Human: Qur'an and Transpersonal Psychology Perspective; Sequence Curriculum for The Madrasah Curriculum; Integration and Interconnection of Human Concepts in Islamic and Transpersonal Psychology; Internalization of Islamic Boarding School Values in an Indonesian Islamic Educational Institution; Interdisciplinary Analysis of Human Concepts and Their Implications on Islamic Education; Psychoanalytic conceptual framework: a critical review of creativity in modelling inquiry training; Kerangka Pardigmatik Psikologi Spiritual; Transformation of The Education System in Islamic Educational Dormitory; Reformulating the design of character education based on "spiritual-religious values; Innovation of Islamic Education System in Pondok Boarding; Paradigmatic Framework of Democratic and Humanist Islamic Education; Pendidikan Karakter Tinjauan Psikologi Islam; Internalisasi Nilai Demokrasi dan Humanisme dalam Pendidikan Islam; Reciprocal Character Value in The Book of Ta'lim Muta'alim with Character Education in Indonesia; Pendekatan Hermenutika dalam Studi Psikologi Islam; orientasi pemikiran psikologi islam perspektif historis; Learning Clean and Healthy Lifestyle in Early Childhood through Hand Hygiene Dance; Pengembangan Multimedia Berbasis Komputer Untuk Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Siswa; Iman Sebagai Basis Pendidikan Karakter; Cyberbullying Dalam Proposisi Linguistik Dan Pendidikan Islam; Pos Pemberdayaan PAUD Berbasis Masyarakat: Peningkatan Manajemen Pengelolaan PAUD; Peningkatan Kompetensi Paedagogik Ustadz/Ustadzah Taman Pendidikan Al-Qur'an; The Role of Schools in Early Marriage Education and Reproductive Health Rights; Optimalisasi Peran Takmir Masjid dalam Membendung Gerakan Islam Radikal di Kabupaten Wonosobo; Why the Happiest Country in the World is Not a Muslim Country?; The 21st century science skills profile based local wisdom education; Analysis of the National Character Value of Ahl Al-Sunnah Wa Al-Jamâ'ah students at the LP Ma'arif PCNU Wonosobo; Aplikasi Teori Psikologi dalam pendidikan Pondok Pesantren.

UNIVERSITAS SAINS AL-QUR'AN

UNSIQ

JAWA TENGAH DI WONOSOBO

https://unsiq.ac.id

Buku "Bimbingan Konseling" menggali secara mendalam konsep-konsep dan praktik-praktik yang mendasari bidang bimbingan dan konseling. Penulisnya seorang ahli di bidangnya, membawa pembaca dalam perjalanan yang komprehensif melalui landasan teoritis, metode praktis, dan isu-isu kontemporer yang relevan.

Buku ini tidak hanya menyajikan teori-teori klasik dalam bimbingan dan konseling, tetapi juga merinci aplikasi praktisnya dalam konteks kehidupan sehari-hari. Mulai dari teknik konseling individu hingga strategi manajemen kelompok, pembaca akan mendapatkan wawasan yang mendalam tentang berbagai pendekatan yang dapat diterapkan dalam memberikan bimbingan yang efektif.

Selain itu, buku ini mengupas isu-isu etika dan profesionalisme dalam bimbingan konseling, membekali pembaca dengan pemahaman yang kuat tentang tanggung jawab moral dan norma-norma profesi. Pemahaman ini penting untuk menciptakan lingkungan bimbingan yang aman dan mendukung bagi individu yang mencari pertolongan.

Dengan bahasa yang jelas dan kasus-kasus studi yang ilustratif, buku ini dirancang untuk menjadi sumber daya yang berharga bagi mahasiswa, praktisi, dan siapa saja yang tertarik memahami lebih dalam tentang bimbingan konseling. Buku ini tidak hanya mengeksplorasi teoritis, tetapi juga mendorong pembaca untuk mengembangkan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam berbagai konteks.

"Bimbingan Konseling" bukan hanya buku panduan komprehensif, tetapi juga sebuah karya yang menginspirasi dan membantu membentuk para profesional bimbingan dan konseling masa depan.

TAHTA MEDIA GROUP
IKAPI IKATAN PENERBIT INDONESIA
CV. Tahta Media Group
Surakarta, Jawa Tengah
Web : www.tahtamedia.com
Ig : tahtamediagroup
Telp/WA : +62 896-5427-3996
ISBN 978-623-147-331-8 (PDF)

View publication stats